Giáo án
Kĩ năng sống
Cho học sinh Tiểu học

World Vision
Vietnam

TÀI LIỆU TẬP HUẤN
VỀ KĨ NĂNG SỐNG CHO TRẺ EM
(TÀI LIỆU HƯỚNG DẪN TẬP HUẤN)

HÀ NỘI - 2009

PHẦN 1: GIỚI THIỆU KHOÁ TẬP HUẤN

Mục đích

- Các học viên làm quen với nhau
- Tạo sự cởi mở và tin tưởng giữa các học viên trong nhóm
- Giới thiệu chung về kỹ năng sống
- Làm quen và thực hành kĩ năng giao tiếp.

Nội dung chi tiết

Hoạt động 1: Làm quen

Mục đích	- Tạo không khí vui vẻ, gần gũi, thân thiện giữa các học viên trong lớp. - Khảo sát bước đầu về khả năng nói (diễn đạt) của học sinh - Giúp học sinh tự tin, bạo dạn khi tham gia lớp học.
Thời gian	- 20 phút
Công cụ hỗ trợ	- 12 cặp khác nhau thú nhồi bông nhỏ hoặc hoa, quả (**lưu ý: 1 cặp là 2 con giống nhau**)
Mô tả chung	- Hai người tạo thành 1 đôi để nói chuyện với nhau về tên tuổi, sở thích và một số thông tin khác - Sau đó trở về lớp, mỗi người giới thiệu bạn trong đôi của mình

Hướng dẫn chi tiết

- Người hướng dẫn nói: *Xin chào tất cả các bạn. Hôm nay chúng ta gặp nhau ở đây để cùng trao đổi, trò chuyện về các kỹ năng trong cuộc sống. Trước khi vào nội dung chính thì tất cả chúng ta cùng làm quen với nhau nhé*
- Anh/ chị đang cầm trên tay rất nhiều các chú gấu xinh xắn và hoa quả ngon miệng, mỗi em sẽ chọn **1 con/hoa/quả** bất kì. Đó chính là quà của anh chị tặng các em
- Khi mỗi em cầm 1 con/hoa/qủa trên tay rồi thì đi xung quanh lớp và hỏi xem ai có con/hoa/quả giống mình không

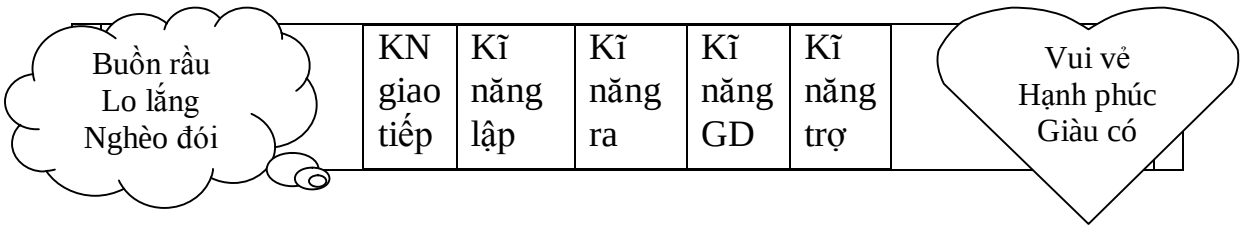
- Những người có con/hoa/quả giống nhau sẽ tạo thành 1 đôi bạn. Các em sẽ trò chuyện với nhau trong vòng 5phút để tìm hiểu những thông tin sau: Tên là gì? Học lớp mấy? Sở thích là gì?
- Sau 5phút thì chúng ta quay trở lại lớp và mỗi người giới thiệu về người bạn trong cặp của mình

Hoạt động 2: Giới thiệu về CÂY CẦU HẠNH PHÚC

Mục đích	- Giới thiệu phần cơ bản của khóa học "Kỹ năng sống". Mô hình cây cầu Hạnh phúc là một cách mô phỏng sinh động khái niệm Chuyển đổi hành vi được sử dụng trong Chương trình Tập huấn Kỹ năng sống. Việc nắm bắt tốt Mô hình này rất cần thiết để trở thành một người hướng dẫn và giới thiệu Kỹ năng sống cho người khác
Thời gian	- 30 phút
Công cụ hỗ trợ	- Bút dạ, Băng dính, Kéo, Bút chì màu, Giấy A0
Mô tả chung	- Người hướng dẫn và học viên cùng xây dựng mô hình cây cầu hạnh phúc (một đầu cầu là hoàn cảnh khó khăn; một đầu cầu là tương lai hạnh phúc). Chiếc cầu nối 2 đầu chính là những Kỹ năng sống

Hướng dẫn chi tiết

- Người hướng dẫn hãy ngồi thành vòng tròn cùng nhóm. Nếu có 2 người hướng dẫn thì các bạn ngồi xen kẽ cùng với mọi người
- Người hướng dẫn dán một tờ giấy to lên tường và hỏi: Cuộc sống hiện tại của chúng ta có những nỗi buồn/ khó khăn/ trở ngại…gì? Mỗi bạn trả lời và người hướng dẫn viết lên 1đầu của tờ giấy
- Người hướng dẫn lại hỏi: Chúng ta mong muốn cuộc sống của chúng ta sẽ như thế nào? Mỗi bạn trả lời và người hướng dẫn viết lên đầu bên kia của tờ giấy.
- Người hướng dẫn lại hỏi: Vậy chúng ta làm thế nào để có cuộc sống như mong muốn? CÂU TRẢ LỜI là phải cần có các Kỹ năng sống (KNS): Tự nhận thức; Giao tiếp; Xác định giá trị; Ra quyết định; Đặt mục tiêu



			kế hoạch	quyết định	đồng đẳng	giúp		

- Chúng ta có 2 (3, 4, 5..) ngày tập huấn với các nội dung sau: (viết nội dung lên giấy to hoặc phát thời khóa biểu)

Hoạt động 3: Chia sẻ mong đợi

Mục đích	- Tìm hiểu những mong muốn và sự quan tâm của các học viên về vấn đề kỹ năng sống - Bổ sung, chỉnh sửa những nội dung còn thiếu so với chương trình ban đầu
Thời gian	- 20 phút
Công cụ hỗ trợ	- Bút dạ, bút màu, Giấy khổ lớn, Giấy màu (hình hoa lá càng tốt), Băng dính
Mô tả chung	- Tập huấn viên phát giấy màu và bút cho học viên để họ ghi mong đợi về vấn đề kỹ năng sống và dán vào một tờ giấy to

Hướng dẫn chi tiết

- Phát cho mỗi học viên 1 bút dạ và vài tờ giấy màu, ai muốn ghi nhiều thì đưa thêm giấy
- Tập huấn viên hỏi các học viên trong chủ đề kỹ năng sống, họ quan tâm hoặc muốn biết rõ chủ đề nào nhất?
- Sau đó yêu cầu các học viên viết chữ TO, rõ ràng lên những tờ giấy màu đó
- Tập huấn viên treo tờ giấy to có viết chữ MONG ĐỢI (và trang trí hoa, lá nếu Tập huấn viên muốn) lên tường.
- Sau 15phút, Tập huấn viên đề nghị những ai viết mong đợi xong rồi thì TỰ lên dán vào tờ giấy to
- Tập huấn viên (hoặc 1 học viên xung phong) đọc to và tổng kết mong đợi
- Tập huấn viên nói rằng sẽ chú ý đến mong đợi của từng học viên và có điều chỉnh nội dung thảo luận cho phù hợp

Hoạt động 4: Chúng ta cùng xây dựng nội quy

Mục đích	- Xây dựng nội quy bao gồm một số nội dung: thời gian, tinh thần tham gia, sự động viên, nhắc nhở nhau bằng các hình thức thưởng-phạt. Trên cơ sở đó mỗi học viên có được định hướng và trách nhiệm, sự gắn bó với các buổi sinh hoạt nhóm
Thời gian	- 20 phút
Công cụ hỗ trợ	- Bút dạ, bút màu, Giấy khổ lớn, Giấy màu, Băng dính
Mô tả chung	- Giáo viên gợi ý để các học viên thảo luận xây dựng nội quy

Hướng dẫn chi tiết

- Tập huấn viên nói với các học viên rằng chúng ta cần thiết phải xây dựng một nội quy chung cho các buổi sinh hoạt vì nội quy sẽ đảm bảo cho các buổi sinh hoạt đạt kết quả tốt. Những nội quy này do chính các học viên xây dựng nên
- Đặt tờ giấy to có ghi chữ NỘI QUY xuống sàn hoặc mặt bàn. Mỗi người đặt bàn tay của mình và vẽ lên xung quanh tờ giấy đó
- Mời 1 học viên xung phong làm thư kí cho lớp ghi phận nội quy vào khoảng trống giữa giấy và các hình phạt khi vi phạm nội quy ghi vào hình bàn tay
- Tập huấn viên nhấn mạnh rằng những bàn tay đó thể hiện một điều là nội quy do chính chúng ta xây dựng nên và thể hiện sự cam kết của mọi học viên.
- Hãy dán tờ giấy nội quy lên chỗ mà mọi người dễ nhìn thấy nhất để đảm bào tất cả luôn nhớ đến những nội quy đó

Mẹo cho Tập huấn viên

Trong trường hợp không ai đóng góp ý kiến, Tập huấn viên có thể hỏi lần lượt. Tuy nhiên nên cười khi hỏi và có một vài từ khuyến khích để mọi người không cảm thấy như đang bị chất vấn, hỏi cung.

PHẦN 2 :

HƯỚNG DẪN DẠY CÁC KỸ NĂNG SỐNG CỤ THỂ CHO HỌC SINH

Chúng ta không thể dạy kỹ năng sống cho trẻ, mà chỉ hướng dẫn, gợi mở cho các em suy nghĩ, chỉ dẫn các em các hình thức rèn luyện để có kỹ năng sống cần thiết.

Một bài dạy kỹ năng sống cho trẻ em thông thường có 4 phần như sau:

1. Hoạt động 1: Trò chơi khởi động:

- Mục đích: Tạo sự vui vẻ cho học sinh.
- Tiêu chí lựa chọn trò chơi:
  - ✓ Trò chơi có sự tham gia của tất cả học sinh.
  - ✓ Nếu nội dung trò chơi là gợi ý để dẫn dắt tới kỹ năng sống cần dạy cho học sinh thì càng tốt

2. Hoạt động 2: Bài tập trải nghiệm.

- Mục đích: Thông qua bài tập này, GV có thể gợi ý để học sinh hiểu về kỹ năng sống cần học và lý do tại sao lại cần học kỹ năng sống này.
- Số lượng bài tập: Hạn chế, khoảng 1 - 2 bài.
- Lưu ý lựa chọn bài tập trải nghiệm:
  - ✓ Không chọn tình huống quá khó.
  - ✓ Không chọn tình huống nhạy cảm về giới tính, tôn giáo, dân tộc, phong tục tập quán địa phương.
- Hình thức bài tập trải nghiệm có thể là:
  - ✓ Xem một đoạn băng hình.
  - ✓ Học sinh đóng tiểu phẩm.
  - ✓ Giải quyết một tình huống có thực trong cuộc sống.

3. Hoạt động 3: Thảo luận và dẫn dắt tới kỹ năng sống cần học và thuyết trình ngắn gọn về khái niệm kỹ năng sống cần học, tại sao phải học kỹ năng sống này, luyện tập thế nào để hình thành kỹ năng sống đó.

4. Hoạt động 4: Thực hành:

Chú ý:

- ✓ Thực hành càng nhiều càng tốt.
- ✓ Tình huống thực hành cần đa dạng, gần gũi với cuộc sống của học sinh.
- ✓ Học sinh tham gia tích cực, giảng viên chỉ hướng dẫn, không can thiệp quá sâu.
- ✓ Sau mỗi bài thực hành của học sinh, GV cần có những gợi ý để định hướng hành vi cho học sinh.

HƯỚNG DẪN DẠY KỸ NĂNG LẬP KẾ HOẠCH VÀ XÁC ĐỊNH MỤC TIÊU

1. Hoạt động 1: Trò chơi khởi động: Tổ quốc đang cần (15 phút)

Hướng dẫn cụ thể

- Tập huấn viên chia lớp thành 2 nhóm, theo cách đọc 1,2 hoặc hoa quả. Hai lớp đứng về cuối lớp. Mỗi đội cử ra một đội trưởng
- Tập huấn viên mang 2 chiếc ghế kê lên đầu lớp
- Tập huấn viên hô: TỔ QUỐC ĐANG CẦN. Cả lớp hỏi: CẦN GÌ…CẦN GÌ…Ví dụ Tập huấn viên nói: CẦN 1 CHIẾC GIÀY ĐEN v.v..Thì đội trưởng mỗi đội mang lên
- Đội nào mang lên nhanh hơn sẽ thắng. Đội thua sẽ bị phạt (có thể hát, múa…)
- Tập huấn viên lần lượt hô cần: bút, tóc, dép, vở, bạn nam, bạn nữ v.v..
- Trò chơi nào tạo sự vui vẻ giữa các học viên

2. Hoạt động 2: Dự định tương lai

Mục đích	- Khuyên khích học sinh nghĩ về những dự định cho tương lai - Phân loại các dự định thành "dự định gần" và "dự định xa" - Làm quen với các bước xây dựng một bản kế hoạch (lập kế hoạch)
Thời gian	- 30 phút
Công cụ hỗ trợ	- Thẻ màu, giấy A0, băng dính, bút dạ
Mô tả chung	- Mỗi người viết lên một tấm thẻ một dự định mình định làm trong tương lai (có thể trong ngày hôm nay, tháng sau, năm học tới hoặc nhiều năm sau) và dán chúng lên một tờ giấy lớn

Hướng dẫn chi tiết

- Tập huấn viên nói: *Tôi sẽ phát cho mỗi bạn một tấm thẻ. Các bạn hãy viết vào đó 1 dự định, một công việc bạn sẽ làm trong tương lai. Ví dụ:*

Chiều nay tôi đi bơi/ Năm học tới tôi sẽ đạt học sinh giỏi/ 10 năm nữa tôi sẽ trở thành bác sĩ…

- Khi học sinh viết xong, giáo viên yêu cầu các em tự lên dán những tấm thẻ của mình lên tờ giấy to. Yêu cầu một vài học sinh đọc lại tất cả các tấm thẻ, làm rõ nội dung của chúng (nếu thấy cần thiết).
- Giáo viên nói: Các em có rất nhiều những dự định, ước mơ cho tương lai của mình. Một số dự định ngắn hạn (ví dụ như…), còn nhiều dự định cho tương lai xa.
- Giáo viên nói: *Để các dự định, ước mơ của chúng ta trở thành hiện thực, chúng ta cần XÂY DỰNG KẾ HOẠCH để thực hiện.*
- Giới thiệu khung mẫu xây dựng một bản kế hoạch đơn giản gồm 4 phần: Xác định muc tiêu/ Xác định thuận lợi – khó khăn/ Tìm những biện pháp khắc phục khó khăn/ Liệt kê các công việc cần làm theo tiến trình thời gian và kết quả mong đợi.
    - Lưu ý: **Mục tiêu phải được diễn đạt bằng một hành động (động từ) cụ thể, có thời gian và kết quả đạt được, kết quả phải lượng giá được (cân, đong, đo, đếm… được).**
    - Ví dụ: Đến hết tháng 12 năm 2010, 1000 học sinh của xã X được học các lớp kĩ năng sống

3. Hoạt động 3: CHUNG TAY XÂY DỰNG

Mục đích	- Dựa vào khung xây dựng kế hoạch 4 bước, học sinh thảo luận nhóm và thực hành lập kế hoạch cho một hoạt động, công việc được phân công
Thời gian	- 45 phút
Công cụ hỗ trợ	- Bút dạ dầu, giấy A0, giấy A4
Mô tả chung	- Mỗi nhóm hoàn thành một bản kế hoạch. - Trình bày bản kế hoạch trước lớp. - Cả lớp nhận xét và rút ra những điều cần chú ý khi lập kế hoạch hoạt động.

Hướng dẫn chi tiết

- Cho học sinh chơi trò "Kết chùm" để chia lớp thành các nhóm 4 thành viên (Có thể chia nhóm bằng cách điểm danh CAM – QUÝT – MÍT - DỪA..)
- Mỗi nhóm được giao lập kế hoạch:

- ◊ Nhóm 1: Một buổi sinh hoạt CLB
- ◊ Nhóm 2: Một buổi đi tham quan (nghỉ mát)
- ◊ Nhóm 3: Kế hoạch hoạt động của CLB trong 6 tháng.
- ◊ Nhóm 4: Kế hoạch phấn đấu của bản thân trong 1 năm học.
- ◊ Nhóm 5: Một buổi họp bầu lớp trưởng.

(Lưu ý: *Tuỳ theo đối tượng học sinh cấp I hay cấp II, cấp III, giáo viên có thể cho những bài tập phù hợp với các em. Những nhiệm vụ nêu trong bài tập này chỉ là ví dụ cho học sinh cấp II)*

- Học sinh có thể chọn lựa địa điểm để thảo luận nhóm của mình ở trong lớp, ngoài hành lang hay bở phòng bên (tuỳ các em lựa chọn). Giáo viên chỉ đưa ra yêu cầu thời gian trở lại lớp (sau 15 phút).
- Trong khi các nhóm trao đổi, hoàn thành bài tập, giảng viên và trợ giảng đến với các nhóm, theo dõi xem các em có hiểu yêu cầu của bài tập không. Các giáo viên chỉ nhắc nhở khi thấy các em không hiểu tài, tuyệt đối không gợi ý, không can thiệp vào công việc của các em, để các em phát huy tối đa sự độc lập suy nghĩ, sáng tạo tập thể.
- Khi một nhóm trình bày kết quả thảo luận nhóm, giáo viên yêu cầu tất cả học sinh lắng nghe và đóng góp ý kiến sau khi nhóm đó đã trình bày xong.

(Lưu ý: *Nhắc học sinh nhận xét những điều tốt, những điều đáng học hỏi ở đội bạn trước, sau đó mới có những ý kiến bổ sung, góp ý).* Nội dung thảo luận tập trung vào các câu hỏi sau:

- Các bạn có làm đúng theo đề bài yêu cầu không?
- Trong bản kế hoạch có đủ 4 bước như đã hướng dẫn không? (Lưu ý: *Với người lớn và với các lĩnh vực hoạt động khác nhau, việc lập kế hoạch cần chi tiết hơn nhiều. Nhưng với những hoạt động trong phạm vi của trẻ em, kế hoạch 4 bước là kế hoạch đơn giản)*
- Nhận xét chi tiết từng bước (Xác định mục đích/ mục tiêu có phù hợp không? Xác định thuận lợi/ khó khăn đã đủ chưa? Những biện pháp khắc phục khó khăn có thực sự giúp tháo gỡ khó khăn không? Tiến trình công việc, thời gian hoàn thành và kết quả mong đợi đã được chưa…)

Bài học:

- ❖ Lập kế hoạch là công việc cần thiết cho mọi hoạt động của cá nhân và nhóm.
- ❖ Kế hoạch giúp chúng ta tiết kiệm thời gian triển khai công việc.
- ❖ Công việc chung cần nhiều người tham gia lập kế hoạch.

HƯỚNG DẪN DẠY KỸ NĂNG RA QUYẾT ĐỊNH.

1. Hoạt động 1: Trò chơi khởi động .

+ Trò chơi "Bố Mẹ và Con"

+ Thời gian: 25 phút (15 phút cho giải lao và 10 phút cho khởi động)

- Cả lớp chia nhóm, mỗi nhóm ba người, đóng các vai: bố, mẹ và con.
- Người chủ trò lần lượt yêu cầu: bố mẹ bế con, mẹ và con bế bố, bố và con bế mẹ. Nếu nhóm nào không làm kịp và làm đúng thì bị phạt.
- Hình thức phạt: Đánh đàn bằng mông (mỗi người sẽ là một nốt nhạc. Gập người xuống và quay lưng lại phía khán giả. Khi nào người chủ trò đọc tên nốt nhạc nào thì nốt đó phải nhún mông xuống).

2. Hoạt động 2: TÔI XIN Ý KIẾN

Mục đích	- Giúp học viên nhận ra rằng trong cuộc sống có nhiều việc chúng ta quyết định nhanh chóng, không càn suy nghĩ nhiều, nhưng có nhiều việc phải đắn đo, suy nghĩ rất lâu mới … quyết định.
Thời gian	- 15 phút
Công cụ hỗ trợ	- Bút dạ, giấy A0
Mô tả chung	- Sau hoạt động này, học sinh sẽ nhận ra rằng có những điều 100% học viên nhất trí, có cùng quyết định. Nhưng có những điều có nhiều ý kiến khác nhau.

Hướng dẫn chi tiết

- Giáo viên nói: Bây giờ các bạn giúp tôi trả lời nhanh những điều sau đây bằng cách giơ tay biểu quyết. Tôi sẽ ghi lên bảng ý kiến của các bạn:
  - Bạn nào muốn tiếp tục học?
  - Bạn nào thích ăn kem?
  - Bạn nào thích chơi trò chơi?

(Sau 3 – 4 câu hỏi dạng này, phần lớn học sinh đều giơ tay quyết định nhanh chóng. Giáo viên hỏi:

- ◊ Tại sao các bạn thích chơi? (Vì vui, vì khoẻ người…)
- ◊ Tại sao các bạn thích ăn kem? (Vì nó ngon, vì mát…)
- ◊ Tại sao các bạn thích học tập? (Vì có lợi, vì đây là nhiệm vụ…)

- Giáo viên tiếp tục nói: *Bây giờ tôi có tình huống như sau. Giả sử bạn đang đi đường, nhìn thấy một người đi xe máy đánh rơi một cái túi gì đó. Các bạn sẽ làm gì?*

Sẽ có nhiều học sinh đưa ra các ý kiến khác nhau, chẳng hạn:

- Đuổi theo người đi xe máy và bảo người đó quay lại.
- Cầm túi và chạy theo người đi xe máy.
- Mở túi ra xem có cái gì.
- Lấy cái túi đó đem về nhà
- Lấy cái túi đó đem đến trường đưa cho cô giáo.
- Đưa cái túi cho người ở bên đường (người bán quán nước hay gia đình ở gần) để khi người đi xe máy quay lại thì đưa cho người đó.

(Lưu ý: Những tình huống thế này, học sinh thường cãi nhau, tranh luận với nhau và ai cũng bảo vệ ý kiến của mình, cho rằng cách làm của mình là đúng nhất)

Nhận xét:

- Trong cuộc sống, trước mỗi vấn đề thường nảy sinh các cách làm khác nhau.
- Chúng ta cần có kĩ năng ra quyết định đúng để chọn lựa một cách làm hay nhất, phù hợp với hoàn cảnh của chúng ta nhất. Chúng ta sẽ cùng nhau thảo luận về KĨ NĂNG RA QUYẾT ĐỊNH.

3. Hoạt động 3: KĨ NĂNG RA QUYẾT ĐỊNH

Mục đích	- Giới thiệu với học sinh quy trình 4 bước ra quyết định. - Thực hành phân tích và ra quyết định cho tình huống đã nêu ở hoạt đông 5.
Thời gian	- 45 phút
Công cụ hỗ trợ	- Bút dạ, giấy A0
Mô tả chung	- Sau hoạt động này, sẽ có nhiều học sinh chọn lựa một phương án (quyết định) mà các em cho là đúng đắn nhất.

Hướng dẫn chi tiết.

- Giáo viên nói: Để ra được quyết định đúng đắn trong cuộc sống, chúng phải suy nghĩ, cân nhắc nhiều vấn đề, không nên vội vàng quyết định, rồi sau đó mới nhận ra rằng mình sai lầm. Làm như vậy vừa không mang lại kết quả tốt đẹp, lại lãng phí thời gian.

- Quy trình ra quyết định gồm 4 bước: *(Giáo viên viết lên giấy khổ lớn: Quy trình ra quyết định, sau đó ghi lần lượt tên 4 bước. Nếu sử dụng máy chiếu, chỉ cần trình chiếu slide đã chuẩn bị sẵn và giảng giải)*
  - Bước 1: Xác định vấn đề cần quyết định
  - Bước 2: Đưa ra tất cả các phương án có thể thực hiện.
  - Bước 3: Phân tích những điều lợi - hại, những hiệu quả - hậu quả, những nguy cơ có thể xảy ra với từng phương án.
  - Bước 4: Lựa chọn 1 phương án tối ưu và chịu trách nhiệm về quyết định của mình.
- Thảo luận nhóm lớn (cả lớp) với tình huống nói ở hoạt động 5. (Giáo viên chính dẫn thảo luận, trợ giảng ghi chép lên bảng hoặc lên giấy khổ lớn)
- Tiến trình:

+ Trong tình huống nói trên, bước một, chúng ta phải làm gì? (Xác định vấn đề: *Làm gì trong tình huống đó?)*

+ Bước 2: Liệt kê tất cả các ý kiến của học sinh

+ Bước 3: Phân tích từng ý kiến.

Ví dụ: *Các em thử suy nghĩ xem nếu chúng ta quyết định đuổi theo người đi xe máy, thì có chuyện gì sẽ xảy ra?*

Ý kiến học sinh:

- Không đuổi kịp ví xe máy chạy rất nhanh.
- Vội vàng đuổi theo, có thể bị vấp ngã (tai nạn)
- Khi quay lại, có người nào đó đã nhặt mất chiếc túi rồi.
- Cũng có thể người mất của sẽ quay lại nếu như người đó đi chưa quá xa.

… Tương tự như vậy làm với các tình huống lựa chọn khác (Cầm túi đuổi theo/ mở túi ra xem/ lấy túi mang về/ nhặt túi và đêm đến trường đưa cho cô giáo/ nhặt túi và đưa cho người bán hàng hay người ở gần đó…)

+ Bước 4: Quyết định.

Giáo viên nói: Chúng ta đã cùng nhau xem xét những điều lợi, hại, những cái được, mất của từng phương án. Bây giờ các bạn hãy quyết định một lựa chọn mà theo bạn là hợp lý nhất.

- Mỗi người có quyết định của riêng mình. Tuy nhiên, trong nhiều trường hợp, chúng ta đều có quyết định giống nhau (Ví dụ: Đa số các bạn đã quyết định nhặt túi lên, đưa cho người bán quán bên đường và dặn nếu người đi xe máy quay lại thì cho người đó xin lại…)

HƯỚNG DẪN KỸ NĂNG GIẢI QUYẾT VẤN ĐỀ

1. Hoạt động 1: Trò chơi khởi động:

- Mục đích: Tạo sự vui vẻ cho học sinh.
- Trò chơi: **"Hãy làm theo tôi nói, đừng làm theo tôi làm"**

Hướng dẫn:

- Cả lớp đứng vòng tròn, GV hướng dẫn trò chơi: *Khi giáo viên nói "nhập khẩu", học sinh đưa tay lên xoa miệng. Khi GV hô "chế biến", học sinh đưa tay xoa bụng. Khi GV đọc lệnh "xuất khẩu", học sinh đưa tay ra phía sau.*
- Khi chơi, GV có thể làm không theo lời nói của mình, nhưng học sinh phải lắng nghe và làm đúng theo lời hô của GV. Nếu học sinh nào làm sai, sẽ bị bắt.
- Sau khi trò chơi kết thúc, những học sinh làm sai sẽ phải chịu một hình phạt nào đó do lớp quyết định (vui vẻ là chính).

2. Hoạt động 2: Bài tập trải nghiệm.

- Mục đích: Thông qua bài tập này, GV có thể gợi ý để học sinh hiểu về kỹ năng sống cần học và lý do tại sao lại cần học kỹ năng sống này.
- Tình huống qua sông: *Lấy 2 dải ruy băng đặt ngang lớp làm thành "dòng sông". Có 4 người tham gia trò chơi: một người làm người chở đò, một người là con dê, một người là con hổ, một người là cái bắp cải.*

Cả lớp thảo luận tìm cách chở 3 người qua sông, sao cho con dê không ăn bắp cải, con hổ không ăn thịt con dê khi họ ểntên đò với nhau. Mỗi lần chỉ chở được không quá 2 thứ.

3. Hoạt động 3: Thảo luận và dẫn dắt tới kỹ năng sống cần học và thuyết trình ngắn gọn về khái niệm kỹ năng sống cần học, tại sao phải học kỹ năng sống này, luyện tập thế nào để hình thành kỹ năng sống đó.

- Sau khi học sinh thảo luận và chơi trò chơi thành công, GV nói với học sinh rằng chúng ta vừa giải một bài toán. Trong cuộc sống có nhiều bài toán phải giải, nếu chúng ta suy nghĩ và có kế hoạch để giải bài toán có hiệu quả, chúng ta sẽ thành công. Ngược lại, nếu không tính toán, sẽ gặp thất bại. Đó là kỹ năng giải quyết vấn đề.
- Dẫn dắt thảo luận:

  GV đặt các câu hỏi sau:

- Vấn đề của chúng ta là làm gì? Chúng ta đã làm gì để có thể giải được bài toán khó nói trên? Có những cách thức nào để giải quyết vấn đề?
- Giới thiệu tiến trình giải quyết vấn đề:

- Bước 1: Nhận ra vấn đề
- Bước 2: Hiểu kỹ vấn đề
- Bước 3: Lập kế hoạch
- Bước 4: Chọn giải pháp tốt nhất
- Bước 5: Thực hiện
- Bước 6: Kiểm tra kết quả và điều chỉnh khi cần thiết.

4. Hoạt động 4: Thực hành:

Tình huống:

a/ Bạn đến trường mới nhận ra mình quên mang bút. Nếu trở về nhà để lấy thì sẽ muộn giờ. Bạn biết trong lớp của bạn không ai có 2 bút. Bạn xử lý tình huống này như thế nào?

b/ Bạn đang làm bài, có một người bạn thân rủ bạn đi chơi bóng. Bạn thích chơi bóng, nhưng cũng lo lắng cho việc học bài. Bạn làm thế nào để vẫn có thể tham gia chơi bóng mà không bỏ chuyện học hành?

c/ Bạn đang điều khiển cuộc họp của nhóm, một bạn trong nhóm không chú ý, lơ đãng nhìn ra ngoài.

d/ Trong một giờ sinh hoạt câu lạc bộ, có hai bạn gái nói chuyện riêng, cười khúc khích, không tập trung lắng nghe.

e/ Trong một lần thảo luận nhóm, có một bạn nói rất dài, nhưng không đúng chủ đề (nói lan man).

(Ghi chú: GV có thể nghĩ thêm nhiều tình huống phù hợp với điều kiện thực tế của các em học sinh)

HƯỚNG DẪN DẠY HỌC SINH KỸ NĂNG TƯ DUY CÓ PHÊ PHÁN.

1. Hoạt động 1: Trò chơi khởi động:

Trò chơi KẾT CHÙM

Mục đích	- Tạo không khí vui vẻ cho học viên
Thời gian	15 phút
Công cụ hỗ trợ	- Không có
Mô tả chung	- Tập huấn viên hô kết chùm 2,3,4… và học viên kết vào nhau cho đủ số lượng THV yêu cầu. - Ai thừa ra không vào với chùm nào thì thua

Hướng dẫn chi tiết

- Tập huấn viên mời tất cả lớp đứng thành vòng tròn
- Tập huấn viên hô to Kết chùm…Kết chùm…
- Học viên hỏi to Chùm mấy…chùm mấy…

- Tập huấn viên hô Chùm 3 (4,5)…chùm 3 (4,5)…thì 3 (4,5) người phải kết vào với nhau thành một chùm. Ai thừa ra thì thua.
- Ta có thế hô Chùm tóc ngắn, chùm tóc dài, chùm áo trắng, chùm áo hoa… cho vui vẻ

2. Hoạt động 2: Bài tập trải nghiệm.

Tình huống:

- Gv nêu tình huống: "Người ta nói rằng học sinh nam học giỏi môn toán hơn học sinh nữ, nhưng học sinh nữ lại học giỏi môn văn hơn học sinh nam".
- Gv đặt câu hỏi: Bạn nào đồng ý? Bạn nào không đồng ý?
- Chia lớp thành 2 nhóm "đồng ý" và "không đồng ý".
- Hai nhóm thảo luận và tìm ra các bằng chứng để bảo vệ ý kiến của mình. (GV có thể gợi ý: Có bạn nào là con gái mà học giỏi toán không? Có bạn nam nào học giỏi văn không? Có bạn nữ nào học giỏi cả văn và toán không? Có bạn nam nào không học giỏi môn gì không?)
- Hai nhóm lên trình bày kết quả thảo luận nhóm của mình, sau đó yêu cầu nhóm đưa ra kết luận của đội mình.
- Sau khi hai nhóm đều bênh vực và đưa ra lý lẽ để bênh vực ý kiến của mình, GV cần cho cả lớp nhìn nhận lại vấn đề và gợi ýa để các em ra kết luận chung là: "TUỲ TỪNG TRƯỜNG HỢP CỤ THỂ, KHÔNG PHẢI CỨ CON TRAI LÀ HỌC GỎI TOÁN, CON GÁI LÀ HỌC GIỎI VĂN. NẾU CHĂM CHỈ VÀ HỌC CÓ PHƯƠNG PHÁP, BẠN NÀO CŨNG SẼ TRỞ THÀNH HỌC SINH GIỎI".

3. Hoạt động 3: Thảo luận và dẫn dắt tới kỹ năng sống cần học và thuyết trình ngắn gọn về khái niệm kỹ năng sống cần học, tại sao phải học kỹ năng sống này, luyện tập thế nào để hình thành kỹ năng sống đó.

- GV nói: Trước mỗi lời nói, lời khẳng định, kết luận của người khác, chúng ta cần xem xét kỹ lưỡng mới tin tưởng. Chỉ khi nào có đủ bằng chứng chứng minh, ta mới tin tưởng.
- Quy trình:
  - ✓ Phải biết đặt câu hỏi nghi vấn.
  - ✓ Tìm kiếm chứng cứ, lý lẽ để xem xét vấn đề.
  - ✓ Nhìm nhận vấn đề từ nhiều phía khác nhau.
  - ✓ Chỉ khi có đủ chứng cứ và lý lẽ chứng mình, chúng ta mới đi đến kết luận.

4. Hoạt động 4: Thực hành:

Hãy chia nhóm, thảo luận những tình huống sau:

- Cô giáo dạy văn tốt hơn thầy giáo.
- Học sinh nữ cấp II ngoan hơn học sinh nam.
- Con nhà nghèo thường học giỏi.
- Sống ở thành phố tốt hơn ở nông thôn.
- Học buổi sáng thú vị hơn học buổi chiều…

HƯỚNG DẪN DẠY HỌC SINH KỸ NĂNG TỪ CHỐI.

1. Hoạt động 1: Trò chơi khởi động:

- Mục đích: Tạo sự vui vẻ cho học sinh.
- Tên trò chơi: *Tôi thích cái gì?*

Hướng dẫn chi tiết

- Tập huấn viên để rất nhiều đồ văn phòng phẩm lên sàn nhà hoặc bàn
- Cả lớp đứng thành vòng tròn
- Lần lượt từng người suy nghĩ và thể hiện sở thích của mình bằng động tác (có thể sử dụng các phương tiện/ văn phòng phẩm mà không được dùng lời nói)
- Khi có 1 người thể hiện thì những người còn lại đoán xem bạn mình có sở thích gì
- Cuối cùng người thể hiện nói rõ hơn về sở thích của mình

Ý nghĩa: Ngoài ý nghĩa khởi động, trò chơi này còn dùng trong giảng dạy kỹ năng giao tiếp không lời. Học sinh cần hiểu rằng lời nói không phải là phương tiện duy nhất trong giao tiếp. Ngôn ngữ của cơ thể cũng rất quan trọng trong giao tiếp. Hoạt động này cũng là dịp mọi người có dịp nghĩ lại về sở thích của chính mình.

2. Hoạt động 2: Bài tập trải nghiệm.

- Chia lớp thành 3 nhóm để thảo luận tình huống sau:
  - Một người bạn thân của bạn rủ bạn bỏ học để đi chơi điện tử ở quán NET, bạn không muốn đi, nhưng không muốn bạn ấy mất lòng. Bạn sẽ từ chối như thế nào?
  - Các nhóm đóng tiểu phẩm và trình bày tiểu phẩm trước lớp.
  - GV và cả lớp nhận xét từng cách từ chối, lựa chọn cách từ chối hợp lý, khéo léo nhất.

3. Hoạt động 3: Thảo luận và dẫn dắt tới kỹ năng sống cần học và thuyết trình ngắn gọn về khái niệm kỹ năng sống cần học, tại sao phải học kỹ năng sống này, luyện tập thế nào để hình thành kỹ năng sống đó.

- ✓ GV nói với học sinh: *Trong cuộc sống hàng ngày, chúng ta phải từ chối rất nhiều điều do người khác đề nghị, nhưng việc từ chối sao cho người đề nghị không giận mình là một điều rất khó. Chúng ta phải học cách làm điều này. Đây là kỹ năng từ chối.*
- ✓ Gợi ý thảo luận để rút ra kết luận:
  - ➢ Từ chối không có nghĩa là chỉ nói không, mà phải làm sao để người khác biết mình không muốn điều đó, không có cơ hội để đề nghị mình chuyện đó.
  - ➢ Khi từ chối, hãy khéo léo, mềm dẻo, không được lên lớp, dạy dỗ người ta.
  - ➢ Không hứa hẹn dịp kghác, không lấy lý do lòng vòng để tránh trường hợp người ta tiếp tục đề nghị mình ở những lần sau.
  - ➢ Phải kiên định lập trường của mình, không nên vì quá nể nang, sợ mất tình cảm mà phải chấp nhận làm những điều mình không mong muốn.

4. Hoạt động 4: Thực hành:

- Tính huống 1: Bạn được cô giáo (thầy giáo) giao nhiệm vụ làm lớp phó phụ trách học tập, bạn cảm thấy bạn không đủ năng lực để nhận nhiệm vụ này, trong khi có nhiều bạn khác học giỏi, có thể đảm đương nhiệm vụ này tốt hơn. Bạn từ chối cô giáo như thế nào để cô không nghĩ bạn trốn tránh nhiệm vụ hay kiêu căng.
- Tình huống 2: Một bạn trong lớp rủ bạn bỏ học ra thành phố làm việc (đánh giầy, bán báo…), bạn không muốn đi, nhưng cũng không muốn tình cảm bạn bè bị sứt mẻ. Bạn sẽ làm gì.

(Lưu ý: GV có thể nghĩ ra các tình huống thực hành phù hợp với đối tượng học sinh của mình)

HƯỚNG DẪN DẠY KỸ NĂNG KIÊN QUYẾT (QUYẾT ĐOÁN)

1. Hoạt động 1: Trò chơi khởi động:

Trò chơi : Tổ Quốc đang cần

Hướng dẫn cụ thể

- Tập huấn viên chia lớp thành 2 nhóm, theo cách đọc 1,2 hoặc hoa quả. Hai lớp đứng về cuối lớp. Mỗi đội cử ra một đội trưởng
- Tập huấn viên mang 2 chiếc ghế kê lên đầu lớp
- Tập huấn viên hô: TỔ QUỐC ĐANG CẦN. Cả lớp hỏi: CẦN GÌ…CẦN GÌ…Ví dụ Tập huấn viên nói: CẦN 1 CHIẾC GIÀY ĐEN v.v..Thì đội trưởng mỗi đội mang lên
- Đội nào mang lên nhanh hơn sẽ thắng. Đội thua sẽ bị phạt (có thể hát, múa…)
- Tập huấn viên lần lượt hô cần: bút, tóc, dép, vở, bạn nam, bạn nữ v.v..
- Trò chơi nào tạo sự vui vẻ giữa các học viên

2. Hoạt động 2: Bài tập trải nghiệm.

- **Tình huống:**

Trong giờ trả bài kiểm tra, bạn phát hiện ra cô giáo đã chấm nhầm bài của bạn, bởi bạn làm đúng tất cả các bài, nhưng cô gáio chỉ cho bạn điêm dưới trung bình. Bạn sẽ ứng xử như thế nào để cố giáo chấp nhận xem xét lại bài cho bạn mà không bị mang tiếng là học sinh vô lễ với cô giáo?

- Gv hỏi học sinh và ghi tất cả các ý kiến lên bảng:

Ví dụ:

- Đứng dậy lễ phép nói với cô: Thưa cô cô đã chấm nhầm bài của em ạ!
- Đợi giờ ra chơi, lên gặp riêng cô đề nghị cô chấm lại bài của mình.
- Giờ ra chơi, xuống phòng giáo viên, gặp cô giáo yêu cầu cô chấm lại bài.
- Đến nhà cô giáo chơi và nói cho cô biết cô đã chấm sai bài kiểm tra.

- Gợi ý dẫn dắt tới kỹ năng sống cần học:

Khi chúng ta phải nói chuyện với ai đó (như thầy cô giáo, cha mẹ, bạn bè…) về việc người ta đã sai lầm trong việc nhận xét, đánh giá bạn, bạn cũng cần khéo léo, tế nhị, sao cho vẫn được việc cho mình, nhưng không gây ảnh hưởng tới mối quan hệ của chúng ta với người đó. Đây là một kỹ năng sống, đòi hỏi sự quyết đoán, kiên định của chúng ta.

3. Hoạt động 3: Thảo luận và dẫn dắt tới kỹ năng sống cần học và thuyết trình ngắn gọn về khái niệm kỹ năng sống cần học, tại sao phải học kỹ năng sống này, luyện tập thế nào để hình thành kỹ năng sống đó.

- Câu hỏi thảo luận:

- Chuyện gì sẽ xảy ra nếu bạn đứng ngay dậy nói rằng cô ơi cô sai rồi?
- Tại sao chúng ta lại không nói thẳng như vậy?
- Tính huống nào là phù hợp nhất?

- Kết luận:

- Quyết đoán không phải là phản ứng tức thì, thô lỗ, mà là khéo léo tìm thời điểm phù hợp để trao đổi với giọng nói tự tin nhưng nhẹ nhàng.
- Quyết đoán không có nghĩa là rụt rè. chấp nhận sự áp đặt của người khác, nhưng cũng không phải là từ chối tức thì.
- Bạn có quyền bảo vệ quyền lợi, ý kiến cá nhân của mình, nhưng cũng cần tôn trọng thể diện của người khác.
- Bạn có quyền thể hiện, bày tỏ cảm xúc, suy nghĩ của mình, có quyền bảo vệ cho ý kiến của mình, chấp nhận mọi hậu quả xảy ra.
- Bạn có quyền thay đổi suy nghĩ của mình.
- Bạn có quyền thuyết phục người khác, nhưng không có quyền áp đặt suy nghĩ của mình cho người khác.
- Bạn có quyền mắc sai lầm (vì ai cũng có lúc mắc sai lầm) và có quyền chịu trách nhiệm về những sai lầm ấy.
- Bạn có quyền suy nghĩ và quyết định độc lập.
- Bạn có quyền nói "tôi không biết", "tôi không hiểu", "tôi không quan tâm vấn đề này".

4. Hoạt động 4: Thực hành:

- Một người bạn đã nói những điều không tốt về bạn với cô giáo. Hãy gặp và nói chuyện tử tế với người bạn đó sao cho bạn ấy nhận ra sai lầm của mình, nhưng không làm cho bạn ấy tức giận, ảnh hưởng tới mối quan hệ của hai người.
- Cô giáo nghi ngờ rằng bạn là người chép bài của bạn bên cạnh trong lúc kiểm tra. Bạn hãy trao đổi với cô một cách khéo léo, giữ thái độ bình tĩnh và tôn trọng cô, nhưng cũng thanh minh và bảo vệ danh dự của mình.

HƯỚNG DẪN DẠY KỸ NĂNG HỢP TÁC

1. Hoạt động 1: Trò chơi khởi động:

Trò chơi: Vẽ tranh tập thể

Hướng dẫn cụ thể

- Tập huấn viên chia lớp thành 2 nhóm bằng cách đếm 1,2. Những người cùng số sẽ về cùng một nhóm
- Tập huấn viên dán 2 tờ giấy khổ to (cỡ A0) lên bảng

- Tập huấn viên kẻ 1 vạch xuất phát từ chỗ mỗi nhóm đứng đến tờ giấy dán trên bảng
- Tập huấn viên giới thiệu cho mọi người biết hoạt động này: Sau đây chúng ta sẽ cùng nhau thử làm họa sĩ. Một đội sẽ vẽ 1 người đàn ông và một đội sẽ vẽ 1 người phụ nữ. Mỗi đội vẽ người có đầy đủ các bộ phận. Tuy nhiên mỗi đội vẽ trong một hoàn cảnh khác nhau. Một đội mở mắt và một đội phải bịt mắt khi vẽ
- Tập huấn viên hô "Bắt đầu" thì lần lượt từng người trong mỗi đội lên vẽ lên tờ giấy khổ to.
- Tập huấn viên trao cho nhóm 1 vài cái khăn để bịt mắt
- **Sau khi các nhóm đã hoàn thành,** Tập huấn viên hỏi bức tranh của đội nào đẹp hơn? Tại sao?
- **Kết luận:** *Tập huấn viên hãy cảm ơn mọi người vì đã tham gia rất vui vẻ trò chơi này và nhấn mạnh với mọi người rằng: Đội 1 vẽ nhanh hơn và đẹp hơn đội 2 vì họ không phải bịt mắt. Tuy nhiên, qua trò chơi này, tôi không muốn so sánh xem tranh của nhóm nào đẹp hơn mà chỉ muốn nói rằng: Để hoàn thành công việc của mình, chúng ta phải có đủ kiến thức, thông tin. Nếu chúng ta không hiểu biết về chính điều kiện hoàn cảnh của chính chúng ta và xung quanh thì rất khó để đạt được mục tiêu.*

2. Hoạt động 2: Bài tập trải nghiệm.

- Treo 2 quả bóng trên cao (sao cho học sinh cao nhất cũng không với tới).
- Chia lớp thành 2 nhóm, yêu cầu các nhóm phải lấy được quả bóng đó (không được dùng gậy, không dùng vật dụng nào khác).
- GV quan sát học sinh tìm cách lấy bóng. Sẽ có đội nghĩ ra cách vài người cầm tay nhau, làm thành cái kiệu (cái cáng), để cho một học sinh khác đứng lên và lấy được bóng.

3. Hoạt động 3: Thảo luận và dẫn dắt tới kỹ năng sống cần học và thuyết trình ngắn gọn về khái niệm kỹ năng sống cần học, tại sao phải học kỹ năng sống này, luyện tập thế nào để hình thành kỹ năng sống đó.

- Hỏi học sinh đã làm gì để lấy được bóng, tại sao lại có đội lấy được, đội không?
- Rút kết luận: Có nhiều việc khó khăn, nếu một người thì không thể hoàn thành, nhưng biết hợp sức lại thì công việc sẽ thành công. Đó là kỹ năng hợp tác mà chúng ta phải học.
- Những điều lưu ý khi hợp tác:

- Mọi người cùng suy nghĩ, cùng chung mục đích, cùng tham gia.
- Hỗ trợ lẫn nhau, chỉ cần một người bỏ cuộc thì không thành công.

- Đoàn kết, thương yêu, chia sẻ và hỗ trợ lẫn nhau.
- Không tính toán thiệt hơn.
- Khong ích kỷ hay thiếu trách nhiệm, phải hết lòng vì nhiệm vụ chung.

4. Hoạt động 4: Thực hành:

Hãy cùng nhau thực hiện công việc sau:

a/ Khiêng bàn ghế.

b/ Gấp chăn.

c/ Vẽ chung một bức tranh.

d/ Ghép chung một bức tranh đã bị cắt rời thành nhiều mảnh.

e/ Tổ chức một cuộc họp (buổi sinh hoạt lớp, sinh hoạt nhóm, câu lạc bộ)

HƯỚNG DẪN DẠY KỸ NĂNG XÂY DỰNG, DUY TRÌ VÀ PHÁT TRIỂN CÁC MỐI QUAN HỆ

1. Hoạt động 1: Trò chơi khởi động:

Trò chơi: Qua sông

Hướng dẫn chi tiết

- Tập huấn viên sắp xếp lớp thành hình sông, ao, hồ bằng cách sử dụng dây Ruy-băng
- Tập huấn viên nói với cả lớp rằng: *Chúng ta hình dung đang lạc vào 1 khu rừng và có rất nhiều thú dữ. Ta đang phải chạy nhanh về nhà vì chúng đang đuổi đằng sau. Nhưng trên đường đi ta gặp phải một cái hồ, bây giờ làm thế nào để qua sông. Mỗi em có thể nghĩ cách riêng của mình để vượt sông. Các em có thể sử dụng các đồ văn phòng phẩm cần thiết ở đây để tạo thành công cụ hỗ trợ mình qua sông.*
- Lần lượt từng người qua sông. Qua bên kia bờ sông → đây chính là mục tiêu
- Có thể sử dụng trò chơi này để dạy hoặc củng cố kĩ năng lập kế hoạch hoạt động

2. Hoạt động 2: Bài tập trải nghiệm.

Tình huống:

Chúng ta phải làm gì để xây dựng và củng cố tình cảm bạn bè với một bạn học sinh mới chuyển từ trường khác đến?

Yêu cầu:

Các nhóm thảo luận và lập kế hoạch cho việc này.

3. Hoạt động 3: Thảo luận và dẫn dắt tới kỹ năng sống cần học và thuyết trình ngắn gọn về khái niệm kỹ năng sống cần học, tại sao phải học kỹ năng sống này, luyện tập thế nào để hình thành kỹ năng sống đó.

- Sau khi các nhóm trình bày kết quả thảo luận nhóm của mình, GV kết luận: *Chúng ta không ai không muốn được bạn bè, thầy cô và gia đình quý mến. Để làm được điều này, chúng ta phải biết cách xây dựng và duy trì, phát triển các mối quan hệ của mình với người khác.*
- Trao đổi: Hãy kể những gì mình mong muốn ở người khác đối xử với mình?

Ví dụ:

- ✓ Hiểu biết và gần gũi
- ✓ Động viên khi buồn, giúp đỡ khi gặp khó khăn
- ✓ Chia sẻ niềm vui
- ✓ Tin tưởng và tôn trọng
- ✓ Gần gũi…

- Kết luận: Mình mong muốn người khác đối xử với mình thế nào thì mình cũng phải đối xử với người ta như vậy (Có đi có lại mới toại lòng nhau)
- Hoạt động bổ sung: Nghĩ ra các câu tục ngữ, ca dao, câu chuyện nói về tình cảm con người.

4. Hoạt động 4: Thực hành:

Phải làm gì để chiếm được tình cảm của:

a/ Thầy cô giáo?

b/ Người bạn đã học cũ.

c/ Các anh chị từ tổ chức Tầm Nhìn Thế giới?

HƯỚNG DẪN DẠY KỸ NĂNG VẬN ĐỘNG

1. Hoạt động 1: Trò chơi khởi động:

Trò chơi khởi động: A í a

Hướng dẫn cụ thể

- Tập huấn viên mời cả lớp đứng thành vòng tròn và làm mẫu hướng dẫn: Mình vỗ cái tay cho đều…là…mình vỗ cái tay cho đều…a í a…Mình vỗ cái tay cho đều
- Mời cả lớp cùng làm theo cho thuộc giai điệu
- Tập huấn viên lần lượt hô: vỗ cái vai, nhún cái chân v.v…thì cả lớp làm theo như vậy

2. Hoạt động 2: Bài tập trải nghiệm.

Tình huống:

Gia đình bạn Lan bắt bạn ấy bỏ học ở nhà phụ giúp gia đình. Lý do gia đình bắt bạn ấy bỏ học là vì bố mẹ bạn ấy cho rằng con gái không cần

học nhiều, chỉ cần biết chữ là được. bạn Lan rất buồn vì bị nghỉ học. Bạn ấy muốn tiếp tục được đi học và nhờ cả lớp giúp đỡ, thuyết phục cha mẹ bạn ấy. Các bạn hãy thảo luận và bàn cách giúp đỡ.

Cách tiến hành:

GV gắn tờ giấy A0 lên bảng và hỏi ý kiến các học sinh các câu hỏi sau:

- ✓ Cần phải vận động những ai để bạn Lan được đi học tiếp?
- ✓ Tại sao lại phải vận động những người đó?
- ✓ Để vận động những người đó, chúng ta phải làm gì?
- ✓ Có những cách nào để tiếp cận, tác động vào bố mẹ bạn Lan?
- ✓ Tự chúng ta có thể nói chuyện, thuyết phục cha mẹ bạn ấy không? Có nên nhờ những người khác cùng với chúng ta làm việc này không? Đó là ai?
- ✓ Ngoài việc gặp gỡ, tác động tới cha mẹ bạn Lan, chúng ta còn có thể làm những gì nữa?...

3. Hoạt động 3: Thảo luận và dẫn dắt tới kỹ năng sống cần học và thuyết trình ngắn gọn về khái niệm kỹ năng sống cần học, tại sao phải học kỹ năng sống này, luyện tập thế nào để hình thành kỹ năng sống đó.

- GV giảng giải: Việc tiếp cận, nói chuyện, thuyết phục một người, một nhóm người nào đó để người ta ủng hộ hay chấp nhận cùng chúng ta giải quyết một việc gì đó được gọi là kỹ năng vận động.
- GV yêu cầu học sinh nghĩ ra những tình huống cần vận động. Ví dụ:

- Vận động các bạn học sinh đóng góp sách cũ (quần áo, tiền bạc) để ủng hộ bạn nghèo, vùng sâu, vùng xa.
- Vận động mọi người tham gia tổng vệ sinh đường làng, ngõ xóm, giữ gìn vệ sinh công cộng.
- Vận động bạn bỏ học trở lại trường.
- Vận động nhà trường giảm mức kỷ luật đối với một bạn trong lớp…

- Cùng học sinh thảo luận tiến trình vận động:
  - ➢ Xác định đối tượng vận động
  - ➢ Thu thập thông tin về đối tượng
  - ➢ Lên kế hoạch vận động
  - ➢ Tìm các biện pháp vận động
  - ➢ Thực hiện vận động
  - ➢ Đánh giá kết quả và điều chỉnh cách thức tiến hành khi cần thiết.
- Các biện pháp thực hiện vận động:
  - ➢ Gặp gỡ trực tiếp
  - ➢ Tranh thủ uy tín của những người lớn tuổi khác

➢ Làm những việc tốt cho người đó để gây cảm tình, rồi sau đó vận động.

➢ Tìm hiểu tâm tư nguyện vọng, sở thích của người đó, rồi tìm cách thoả mãn nhu cầu, sở thích của người ta. Sau đó mới vận động.

➢ Làm nhiều việc tốt để chứng minh…

4. Hoạt động 4: Thực hành:

Thực hành vận động trong các tình huống sau:

- Vận động các bạn học sinh đóng góp sách cũ (quần áo, tiền bạc) để ủng hộ bạn nghèo, vùng sâu, vùng xa.
- Vận động mọi người tham gia tổng vệ sinh đường làng, ngõ xóm, giữ gìn vệ sinh công cộng.
- Vận động bạn bỏ học trở lại trường.
- Vận động nhà trường giảm mức kỷ luật đối với một bạn trong lớp…

HƯỚNG DẪN DẠY KỸ NĂNG LÀM CHỦ CẢM XÚC BẢN THÂN

1. Hoạt động 1: Trò chơi khởi động:

Trò chơi: "Bố - mẹ - con".

Hướng dẫn:

- Cả lớp chia nhóm, mỗi nhóm ba người, đóng các vai: bố, mẹ và con.
- Người chủ trò lần lượt yêu cầu: bố và mẹ bế con, mẹ và con bế bố, bố và con bế mẹ. Nếu nhóm nào không làm kịp và làm đúng thì bị phạt.
- Hình thức phạt: Đánh đàn bằng mông (mỗi người sẽ là một nốt nhạc. Gập người xuống và quay lưng lại phía khán giả. Khi nào người chủ trò đọc tên nốt nhạc nào thì nốt đó phải nhún mông xuống).

2. Hoạt động 2: Bài tập trải nghiệm.

Bạn sẽ làm gì khi?

- Bị một người hàng xóm lớn tuổi trêu ghẹo, khiến bạn sợ và lo lắng, nhưng người đó doạ nếu bạn tiết lộ với ai về điều đó sẽ bị trả thù.
- Một thanh niên hư trong làng bắt bạn mỗi ngày phải " cống nộp" cho anh ta 1.000 đồng, nếu không có, anh ta sẽ đánh đập bạn.
- Một bạn trong lớp mất hộp bút (quyển sách, món tiền…), cô giáo và một số bạn trong lớp đang nghi bạn là người lấy trộm, khiến bạn đau khổ, buồn bã, bế tắc, không biết phải thanh minh ra sao….

- Chia nhóm thảo luận và lần lượt trình bày kết quả thảo luận của nhóm.

3. Hoạt động 3: Thảo luận và dẫn dắt tới kỹ năng sống cần học và thuyết trình ngắn gọn về khái niệm kỹ năng sống cần học, tại sao phải học kỹ năng sống này, luyện tập thế nào để hình thành kỹ năng sống đó.

- GV nói: Những cảm xúc như lo lắng, sợ hãi, buồn chán, thất vọng... đều là những cảm xúc tiêu cực, có ảnh hưởng xấu tới cuộc sống của chúng ta. Chính vì vậy, chúng ta cần học cách hoá giải, làm chủ những cảm xúc tiêu cực ấy.
- Hoạt động bổ trợ:
  - ✓ Nhận diện các cảm xúc tiêu cực: Mỗi học sinh viết lên tấm thẻ màu 1, 2 từ chỉ những cảm xúc tiêu cực, nộp lên bàn GV.
  - ✓ Học sinh lần lượt lên rút những thẻ màu đó, rồi thể hiện cảm xúc ấy (bằng cử chỉ, điệu bộ, nét mặt). Cả lớp phải đoán xem đó là những cảm xúc gì.
  - ✓ Thảo luận những cách có lợi để loại bỏ những cảm xúc tiêu cực, chỉ ra những cách "giải sầu" không có lợi như: Đánh nhau, uống rượu, hút thuốc lá, bỏ nhà ra đi...

4. Hoạt động 4: Thực hành:

Bạn sẽ làm gì khi:

- Buồn chán vì bị bạn bè hiểu lầm.
- Đau khổ khi cha mẹ mắng mỏ?
- Thất vọng về một người bạn thân đã làm bạn tổn thương.
- Bực tức vì đứa em làm rách quyển sách mới mua của mình...

HƯỚNG DẪN DẠY KỸ NĂNG TĂNG CƯỜNG ĐỊNH HƯỚNG NỘI LỰC

1. Hoạt động 1: Trò chơi khởi động:

Trò chơi: "Chó - Mèo - Lợn - Gà"

- Tập huấn viên chia lớp thành 4 nhóm: Chó, Mèo, Lợn, Gà. Ai thuộc nhóm nào về nhóm ấy
- Mỗi nhóm bàn luận về âm thanh hoặc hành động diễn tả nhóm mình (Chó, Mèo, Lợn, Gà)
- Tất cả cùng ngồi xuống, Tập huấn viên hô đầu tiên. Ví dụ: CHÓ thì tất cả người nhóm CHÓ đứng dậy và diễn tả âm thanh, hành động của nhóm mình

- Sau khi nhóm CHÓ diễn tả xong thì chỉ định nhóm khác. Ví dụ: LỢN thì nhóm LỢN phải đứng nhanh dậy và diễn tả âm thanh/ hành động. Nếu đội LỢN đứng dậy muộn thì thua. Làm xong đội LỢN ngồi xuống và chỉ định đội khác.
- Cứ lần lượt chơi như vậy trong vòng 10 phút.

2. Hoạt động 2: Bài tập trải nghiệm.

Tình huống: Bạn Hùng và bạn Lan học kém. Bạn Lan cho rằng tất cả là do bạn ấy chưa chăm chỉ, chưa thật sự cố gắng. Trong khi đó bạn Hùng lại nghĩ rằng bạn ấy học kém là do bố mẹ bắt bạn ấy làm việc nhà nhiều quá, tại thầy giáo không quý bạn ấy, nên cho bạn ấy điểm kém, tại hôm thi bạn ngồi cùng bàn không cho bạn ấy chép bài.

Hãy thảo luận và mỗi người cho một ý kiến nhận xét về bạn Lan và bạn Hùng.

3. Hoạt động 3: Thảo luận và dẫn dắt tới kỹ năng sống cần học và thuyết trình ngắn gọn về khái niệm kỹ năng sống cần học, tại sao phải học kỹ năng sống này, luyện tập thế nào để hình thành kỹ năng sống đó.

- GV giảng giải: Những người luôn luôn đổ lỗi cho người khác, trông chờ vào sự giúp đỡ của người khác hoặc nghĩ rằng mọi sự thành công là do may rủi được gọi là những người không có nội lực. Ngược lại, những người tin rằng mọi sai lầm hay thành công đều do chính bản thân mình tạo ra là những người có định hướng nội lực.
- Thảo luận: Những người có định hướng nội lực và định hướng ngoại lực sẽ ứng xử như thế nào?

Ví dụ:

- Nhận ra lỗi của mình, nên sẽ có gắng khắc phục và vươn lên, ngược lại, những người có định hướng ngoại lực sẽ trông chờ, ỷ lại. Điều đó không tốt, bởi "tieê trách kỷ, hậu trách nhân", con người phải biết nhìn nhận đánh giá về bản thân, nhận ra sai lầm của mình thì mới tiến bộ được.

- Vậy làm gì để phát huy nội lực của bản thân?

- Xác định mục tiêu sống của bản thân, lập kế hoạch hành động cho mình rõ ràng, vừa sức.
- Có kỹ năng ra quyết định, quyết đoán.
- Tự tin và luôn luôn suy nghĩ tích cực, có tư duy phê phán, nhìn nhận vấn đề từ nhiều khía cạnh.
- Dám chịu trách nhiệm về mọi thành công hay thất bại của mình. Không đổ lỗi cho người khác.