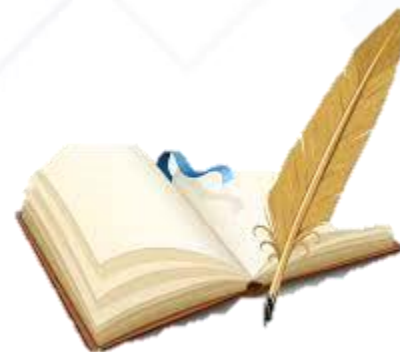


ỦY BAN NHÂN DÂN QUẬN 6
TRƯỜNG THCS HOÀNG LÊ KHA

CHÀO MỪNG CÁC EM ĐẾN VỚI
TIẾT HỌC NGÀY HÔM NAY

Giáo viên: Phạm Thị Mỹ Liên



BÀI 6

TỰ NHẬN THỨC BẢN THÂN



MỤC TIÊU BÀI HỌC

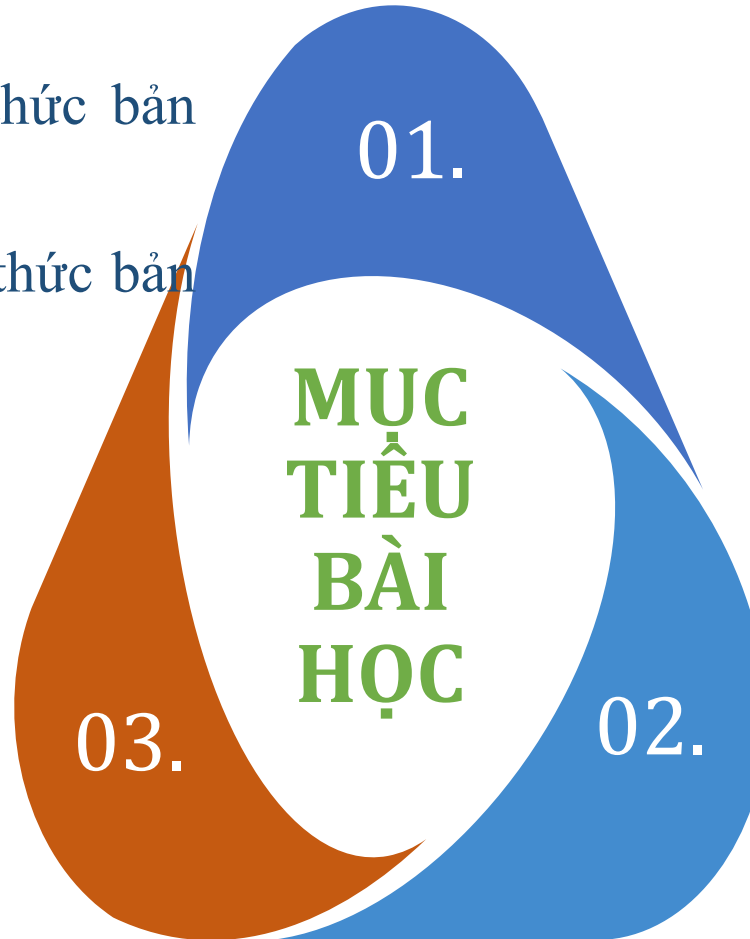
1. Về kiến thức

Thế nào là tự nhận thức bản thân?

Ý nghĩa của tự nhận thức bản thân.

3. Về phẩm chất

Chăm chỉ



2. Về năng lực

- Năng lực tự chủ và tự học
- Năng lực giao tiếp và hợp tác
- Nhận thức chuẩn mực hành vi
- Lập kế hoạch phát triển bản thân

TIẾN TRÌNH DẠY HỌC



1. KHỞI ĐỘNG

Khơi gợi cảm xúc



2. KHÁM PHÁ

- a. Khái niệm
- b. Ý nghĩa



3. LUYỆN TẬP

Rèn luyện hành vi trong thực tiễn



4. VẬN DỤNG

Thực hành kinh nghiệm, kiến thức, kĩ năng

02

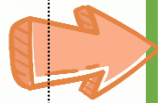
KHÁM PHÁ

Ý nghĩa, rèn luyện



Thuyết trình

Chọn một
trong các
chủ đề sau
đây và
thuyết
trình ngắn
gọn trong
nhóm



Tự tin là chính mình.



Chấp nhận và tôn trọng bản thân.



Thể hiện bản thân trong mối quan hệ với người khác.



THỬ THÁCH MỚI ĐỂ KHÁM PHÁ
BẢN THÂN

1. Giới
thiệu bản
thân

2. Giới
thiệu về
sở thích
cá nhân.

3. Giới
thiệu
những
điểm
mạnh.

4. Giới
thiệu
những
điểm yếu.

5. Đưa ra
cách rèn
luyện bản
thân.

6. Lời kết.

**Tự tin là
chính
mình**



CHẤP NHẬN VÀ TÔN TRỌNG BẢN THÂN

Giới thiệu bản thân

- Tên, tuổi, lớp...

Chấp nhận bản thân

- 1 số nhược điểm của bản thân.
- Nhìn nhận chúng theo hướng tích cực.

Tôn trọng bản thân

- Chăm sóc bản thân (sức khỏe, trí tuệ, tinh thần...)
- Không hạ thấp bản thân, hài long với bản thân.
- Luôn khiêm tốn, học hỏi.
- Luôn thành thật với chính mình, thừa nhận khi mắc lỗi...

Cách rèn luyện

- Trau dồi tri thức, kĩ năng
- Lê kế hoạch và thực hiện kế hoạch cải thiện bản thân.



Cách rèn luyện

Để tự nhận thức bản thân hiệu quả, chúng ta cần:

- Nhận diện chính mình.
- Thực hiện các bài tập tìm hiểu bản thân.
- Lắng nghe nhận xét của người khác.
- Hành động tích cực để bộc lộ khả năng, tính cách của bản thân.

BÀI 6: TỰ NHẬN THỨC BẢN THÂN



I/ KHỞI ĐỘNG (SGK/24)

II/ KHÁM PHÁ

1/ Khái niệm: Học sinh tự đọc SGK trang 26

2/ Ý nghĩa:

3/ Rèn luyện:

Để tự nhận thức bản thân hiệu quả, chúng ta cần:

- Nhận diện chính mình.
- Thực hiện các bài tập tìm hiểu bản thân.
- Lắng nghe nhận xét của người khác.
- Hành động tích cực để bộc lộ khả năng, tính cách của bản thân.



04. VẬN DỤNG

Em hãy tham gia các hoạt động tập thể (ở lớp, trường, nơi em ở,...) và ghi lại những trải nghiệm, những đặc điểm, khả năng mới mà em khám phá được ở bản thân



- Mỗi ngày tìm 1 điểm thú vị, kèm theo 1 điểm chưa hài lòng về bản thân em.

- Ghi những điều đó vào 1 tờ giấy (gấp hạc giấy, sao, bông hoa...) và bỏ vào chiếc hộp.

- Sau 2 tuần mở ra, xem lại và tự hỏi: Mình còn tồn tại điểm chưa hài lòng đó không?





Tưởng tượng em có giọng kể chuyện hay và được cả lớp đề nghị tham gia cuộc thi kể chuyện cấp trường. Em quyết định tham gia để thể hiện bản thân.

Sau đó, suy nghĩ về cách thể hiện hết những điểm mạnh của em trong lần thi này. Nêu ra 5 ưu điểm cần khai thác để thể hiện phần thi của mình.





Thank you

