**HƯỚNG DẪN HỌC SINH TỰ HỌC MÔN HOẠT ĐỘNG TRẢI NGHIỆM**

**CHỦ ĐỀ 1: KHÁM PHÁ LỨA TUỔI VÀ MÔI TRƯỜNG HỌC TẬP MỚI**

TUẦN 1

**I. Nhiệm vụ 1: Khám phá trường trung học cơ của em**

**Hướng dẫn thực hiện:**

1. ***Em hãy chỉ ra những điểm khác biệt của trường THCS so với trường Tiểu học****.*

- Về môn học:

………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………

- Về các hoạt động giáo dục:

………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………

- Về các thầy cô giáo:

………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………

- Những điểm khác biệt khác:

………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………

1. ***Chia sẻ băn khoăn của học sinh khi vào môi trường mới***

*Em hãy viết ra tất những băn khoăn của em khi bước vào môi trường mới và hoàn thành phiếu học tập sau:*

|  |  |
| --- | --- |
| Băn khoăn của em | Người em chia sẻ |
| Em chưa nhớ được hết tên các môn học. |  |
| Em không nhớ được hết những gì thầy cô dạy vì học nhiều hơn |  |
| Em khó làm quen với các bạn vì 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 băn khoăn khác của em:  …………………………………………………………………… |  |

**II. Nhiệm vụ 2: Tìm hiểu bản thân:**

**Hướng dẫn thực hiện:**

**1. Tìm hiểu về sự thay đổi vóc dáng:**

**1.1. Quan sát hình dáng các bạn trong lớp:**

*- Em hãy mô tả sự thay đổi của bản thân ở thời điểm hiện tại so với một năm trước:*

- Chiều cao: …………………………………………….

- Cân nặng: ……………………………………………..

- Giọng nói: ………………………………………………

- Những thay đổi khác:

………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………

*- Em có tự tin với sự thay đổi của mình không? Tại sao?*

………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………

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



*- Em hãy quan sát các bức ảnh trên và các em hãy cho biết nguyên nhân vì sao lại có những sự khác biệt đó?*

………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………

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

*- Hãy viết những biện pháp phù hợp để phát triển vóc dáng của bản thân?*

………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………

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.

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 của nhân cách.

**2. Tìm hiểu về nhu cầu của bản thân:**

***2.1. Đánh dấu × vào mức độ phù hợp nhất với mong muốn của em?***

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **STT** | **Mong muốn của em** | **Rất đúng** | **Gần đúng** | **Không đúng** |
| 1 | Tôi muốn được yêu thương. |  |  |  |
| **2** | Tôi mong bạn nói nhẹ nhàng với tôi. |  |  |  |
| **3** | lồi mong muốn được ghi nhận. |  |  |  |
| **4** | Tôi mong dược dối xử công bằng. |  |  |  |
| **5** | Tôi mong không bị ai bât nạt |  |  |  |
| **6** | Tôi mong tôi và bạn luôn giúp đỡ nhau. |  |  |  |
| **7** | Tôi mong bạn luôn chơỉ với tôi. |  |  |  |
| **8** | Tồi mong bạn tha thứ nếu tôi sai |  |  |  |
| **9** | Tôi mong tôi và bạn cùng học giòi |  |  |  |

2.2. Đánh dấu × vào những biện pháp em đã thực hiện để giúp mọi người vui vẻ?

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **STT** | **Những biện pháp** | Đánh dấu × |
| 1 | Luôn tươi cười với bạn. |  |
| 2 | Biết khen và động viên bạn. |  |
| 3 | Hòa đồng với tất cả các bạn. |  |
| 4 | Hợp tác, chia sẻ, giúp đỡ bạn. |  |
| 5 | Yêu thương và không bắt nạt. |  |
| 6 | Sẵn sàng tha thứ và khoan dung với bạn |  |
| 7 | Cách khác mà em thực hiện:  ……………………………………………………………… |  |

**=> 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.**

*- Hãy kể tên một số nét tính cách đặc trưng của em?*

………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………

*- Em hãy phân loại những tính cách nào tạo thuận lợi, tính cách nào tạo khó khăn trong đời sống hằng ngày? Em làm gì để rèn luyện tính cách tốt?*

.................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................