

KHUNG CHƯƠNG TRÌNH

HOẠT ĐỘNG TRẢI NGHIỆM SỐNG TRUNG HỌC CƠ SỞ

KHỐI 6

MỤC TIÊU BÀI HỌC	PPCT	NỘI DUNG CHI TIẾT
DỰ ÁN NHẬT KÝ TRƯỞNG THÀNH - Làm quen, thiết lập nội quy lớp học. - Triển khai dự án “Nhật ký trưởng thành” để học sinh chuẩn bị sổ nhật ký được thiết kế riêng theo sở thích riêng của mình.	1	Tiết 1: Trường mới đây – Bạn mới nè!
NHẬN THỨC BẢN THÂN - Nhận biết và hiểu các giá trị cốt lõi của bản thân, hiểu về ưu điểm và khuyết điểm của chính mình. - Hiểu và chấp nhận những ưu và nhược điểm của người khác. Biết mỗi người đều có giá trị riêng. - Hình thành và nâng cao thái độ tôn trọng bản thân và người khác, tạo điều kiện thuận lợi trong việc hoà nhập môi trường chuyển cấp.	2	Tiết 1: Tôi là học sinh cấp 2!
	3	Tiết 2: Hoà nhập không hoà tan
	4	Tiết 3: Thể hiện bản thân và chấp nhận người khác
KỸ NĂNG QUẢN LÝ CÔNG VIỆC CÁ NHÂN - Nhận biết quỹ thời gian của mỗi người là như nhau, những nguyên nhân tạo ra việc sử dụng thời gian lãng phí. - Tận dụng thời gian một cách tối đa để hoàn thành các nhiệm vụ trong học tập và đời sống xã hội. - Rèn luyện thói quen sống có kỷ luật, nề nếp.	5	Tiết 1: Đánh bại kẻ cắp thời gian
	6	Tiết 2: Ra quyết định sáng suốt

KỸ NĂNG XÁC ĐỊNH MỤC TIÊU HỌC TẬP <i>- Hiểu về mức độ quan trọng của các mục tiêu trong học tập. Biết cách thiết lập và vận dụng các phương pháp phù hợp trong từng môn học, phong cách học tập khác nhau.</i> <i>- Biết áp dụng ưu điểm của mình vào mục tiêu học tập và khắc phục khuyết điểm. Từ đó, rèn luyện thái độ tự tin, tích cực vào bản thân.</i>	7	Tiết 1: Thiết lập mục tiêu thông minh
	8	Tiết 2: Phương pháp đúng, hiệu quả cao
KỸ NĂNG TỰ PHỤC VỤ <i>- Tìm hiểu về các cách sắp xếp góc học tập sáng tạo, logic, tạo năng lượng tích cực trong học tập.</i> <i>- Nhận biết và hiểu về một số loại thực phẩm dinh dưỡng, các loại thuốc uống an toàn với các bệnh thông thường, ngoài ra học sinh được mở rộng tầm hiểu biết về các phương thức trị bệnh bằng các loại lá cây tự nhiên, an toàn.</i> <i>- Rèn luyện khả năng tự chăm sóc bản thân an toàn.</i>	9	Tiết 1: Sắp xếp góc học tập tại nhà
	10	Tiết 2: Chăm sóc sức khỏe thông minh
GIÁO DỤC GIỚI TÍNH <i>- Nhận biết và hiểu về các vùng riêng tư trên cơ thể.</i> <i>- Nhận biết các dấu hiệu, biểu hiện khi đến tuổi dậy thì.</i> <i>- Hiểu về thay đổi cơ thể, tạo tinh thần tích cực, không lo lắng khi tuổi dậy thì có những biểu hiện nhạy cảm: Thay đổi về vóc dáng, cân nặng, da,...</i> <i>- Biết cải thiện ngoại hình, tự chăm sóc bản thân để nâng cao sức khỏe thể chất, tinh thần khi đến tuổi dậy thì.</i>	11	Tiết 1: Bí mật tuổi dậy thì
	12	Tiết 2: Dậy thì có gì phải sợ?
	13	Tiết 3: Bí quyết cải thiện ngoại hình và trang phục

CHUYÊN ĐỀ GIÁO DỤC GIỚI TÍNH – PHÒNG CHỐNG XÂM HẠI	14	Tiết 1: Cẩm nang phòng chống xâm hại – Thói quen 7 ngày an toàn
KỸ NĂNG RÈN LUYỆN THÓI QUEN TÍCH CỰC - Hiểu về sức khỏe tinh thần và sức khỏe não bộ là cơ sở giúp cơ thể khỏe mạnh, có năng lượng tích cực. - Nhận biết và thực hành trải nghiệm các phương thức cải thiện tình trạng sức khỏe tinh thần và não bộ. - Nâng cao thái độ chăm sóc và bảo vệ sức khỏe của bản thân.	15	Tiết 1: Rèn luyện sức khỏe cơ thể
	16	Tiết 2: Rèn luyện lối sống tích cực
KỸ NĂNG NUÔI DƯỠNG SỰ TỰ TIN - Tìm hiểu chi tiết về ưu và nhược điểm của chính mình. Thấu hiểu bản thân mỗi người đều có những khuyết điểm, không ai hoàn hảo. - Vận dụng ưu điểm như một công cụ giúp bản thân tỏa sáng, xem trọng nhược điểm như những thử thách cần vượt qua.	17	Tiết 1: Khắc phục hạn chế, lợi thế phát huy
	18	Tiết 2: Ngày hội: “Tôi tự tin!”
KỸ NĂNG QUẢN LÝ CẢM XÚC - Hiểu về vai trò của cảm xúc đối với cuộc sống của con người. Biết rằng cảm xúc dù là tiêu cực hay tích cực cũng đem lại ý nghĩa riêng. - Nhận biết chi tiết về các hậu quả của hành vi không kiểm soát cảm xúc tiêu cực. Rèn luyện kỹ năng quản lý cảm xúc khi có mâu thuẫn bằng các cách khác nhau.	19	Tiết 1: Làm bạn cùng cảm xúc
	20	Tiết 2: Quản lý cảm xúc khi có mâu thuẫn
	21	Tiết 3: Cảm xúc tuổi teen

- Hiểu về cảm xúc tuổi dậy thì, những hành vi phù hợp để nâng tầm ý nghĩa tích cực cho cảm xúc tuổi dậy thì, góp phần tạo nên giá trị tốt đẹp cho học sinh.		
KỸ NĂNG LẮNG NGHE VÀ PHẢN HỒI HIỆU QUẢ - Hiểu lắng nghe như một hành động đơn giản nhưng lại vô cùng quan trọng, không chỉ dừng ở hành vi nhận thông tin mà còn là quá trình cảm nhận và phân tích. - Trải nghiệm kỹ năng phản hồi ở cấp độ tinh tế hơn, thông minh hơn. - Rèn luyện thói quen chủ động trong giao tiếp và ứng xử khéo léo.	22	Tiết 1: Em lắng nghe giỏi
	23	Tiết 2: Phản hồi thông minh
	24	Tiết 1: Thu hút thiện cảm, tạo dựng lòng tin
KỸ NĂNG GIAO TIẾP THÔNG MINH - Học sinh biết sử dụng điểm mạnh về ngoại hình, ưu điểm về tính cách trong tạo dựng thiện cảm khi giao tiếp. - Hiểu ngôn ngữ cơ thể có vai trò quan trọng trong giao tiếp. Tạo dựng cách ứng xử khéo léo trong giao tiếp. - Vận dụng kiến thức giao tiếp tinh tế vào các trải nghiệm tình huống lớp học.	25	Tiết 2: Từ chối khéo léo mà không mất lòng
	26	Tiết 3: Cách xin lỗi chân thành và cảm ơn sáng tạo
	27	Tiết 1: Tình bạn diệu kỳ
KỸ NĂNG NUÔI DƯỠNG TÌNH BẠN - Hiểu ý nghĩa của tình bạn, biết các phương thức kết bạn. - Hiểu về các mối nguy hiểm khi kết bạn qua internet. - Ứng phó với các tình huống tiêu cực giữa mối quan hệ bạn bè.	28	Tiết 2: Thật - Ảo tình bạn qua Internet

- Hiểu và chấp nhận những sai sót của bạn bè để rèn luyện các cách kiểm soát hành vi khi có mâu thuẫn.		
KỸ NĂNG GIẢI QUYẾT VẤN ĐỀ - Trải nghiệm các vấn đề trong cuộc sống dưới nhiều khía cạnh khác nhau. Xác định được nguyên nhân của những vấn đề đang đối mặt. - Hiểu về phương pháp giải quyết vấn đề - C.A.L.M và ứng dụng cho trường hợp thực tế của bản thân. - Rèn luyện thái độ kiên nhẫn, chấp nhận thất bại và luôn nỗ lực.	29	Tiết 1: Nhận diện vấn đề
	30	Tiết 2: Khó cỡ nào cũng gỡ - Phương pháp giải quyết vấn đề: C.A.L.M
KỸ NĂNG TƯ DUY SÁNG TẠO - Trải nghiệm về hiệu quả của hành vi “nghĩ hay” hơn “hay nghĩ”. Tìm ra các yếu tố liên quan đến thói quen suy nghĩ chóng vánh, vội vã. - Học sinh hiểu chất lượng sẽ hơn số lượng. - Rèn luyện tư duy logic, sáng tạo để thích ứng với thời hiện đại.	31	Tiết 1: Tư duy não bộ
	32	Tiết 2: Thực hành sáng tạo
KỸ NĂNG RÈN LUYỆN TÍNH TRÁCH NHIỆM - Trải nghiệm về sự thất bại, hồi tưởng những lần thất bại của bản thân. Hiểu rằng thất bại là điều bình thường. - Rèn luyện kỹ năng chịu trách nhiệm với công việc của chính mình. - Hồi tưởng cảm xúc, nói lời chia sẻ với mọi người.	33	Tiết 1: Việc của mình, mình tự làm
	34	Tiết 2: Chịu trách nhiệm tới cùng
	35	Tiết 3: Nhật ký trưởng thành – Lời nói từ trái tim

KHUNG CHƯƠNG TRÌNH

HOẠT ĐỘNG TRẢI NGHIỆM SỐNG TRUNG HỌC CƠ SỞ

KHỐI 7

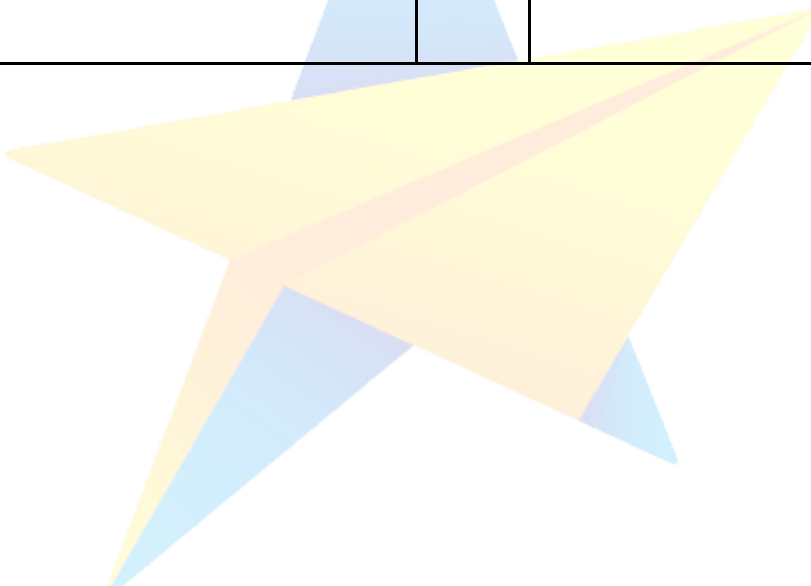
MỤC TIÊU BÀI HỌC	PPCT	NỘI DUNG CHI TIẾT
KỸ NĂNG XÁC ĐỊNH GIÁ TRỊ BẢN THÂN <i>- Hiểu về lòng tự trọng, những giá trị riêng của bản thân. Phân biệt được cá tính và cá biệt.</i> <i>- Thể hiện hành động phù hợp với phong cách cá tính của mình, phát huy các giá trị tích cực của bản thân.</i>	1	Tiết 1: Không ai có quyền bắt nạt tôi
	2	Tiết 2: Cá tính và cá biệt
	3	Tiết 3: Phát huy giá trị bản thân
KỸ NĂNG TỰ LỰC TRONG HOẠT ĐỘNG CÁ NHÂN <i>- Hiểu thói quen trì hoãn là hành động xấu, khiến các kế hoạch cá nhân không thể hoàn thành, tạo nếp sống không có kỷ luật.</i> <i>- Biết lên kế hoạch, sắp xếp các công việc của mình một cách logic, hợp lý. Lên kế hoạch đồng thời triển khai thực hiện, không trì hoãn.</i> <i>- Rèn luyện thói quen tích cực, sống kỷ luật, nề nếp.</i>	4	Tiết 1: Thay đổi thói quen “trì hoãn”
	5	Tiết 2: Lên kế hoạch, vạch tương lai
	6	Tiết 3: Biến kế hoạch thành hành động
KỸ NĂNG XÂY DỰNG THÓI QUEN VỆ SINH, BẢO VỆ SỨC KHOẺ <i>- Nhận biết các thay đổi về tuổi dậy thì. Phân biệt được các loại thức ăn tốt cho sức khỏe.</i> <i>- Biết cách lên kế hoạch lựa chọn, sắp xếp thời khoá biểu ăn uống một cách khoa học.</i> <i>- Nâng cao thái độ quý trọng cơ thể của chính mình.</i>	7	Tiết 1: Mật mã tuổi dậy thì
	8	Tiết 2: Dinh dưỡng tuổi dậy thì
	9	Tiết 3: Đấu trường sức mạnh

KỸ NĂNG QUAN SÁT VÀ ĐIỀU CHỈNH CẢM XÚC CÁ NHÂN - <i>Biết nhìn nhận cảm xúc của bản thân trong các tình huống giao tiếp hàng ngày. Phân biệt và gọi tên được cảm xúc giao tiếp.</i> - <i>Ứng xử linh hoạt trong giao tiếp bằng cách xoay chuyển các loại cảm xúc phù hợp.</i> - <i>Hiểu về những rung động của tuổi dậy thì, phân biệt được cảm xúc phù hợp lứa tuổi.</i> - <i>Ứng xử cảm xúc phù hợp với lứa tuổi.</i>	10	Tiết 1: Cảm xúc tuổi mới lớn
	11	Tiết 2: Cân bằng cảm xúc
	12	Tiết 3: Bí quyết xoay chuyển tình thế
DỰ ÁN NUÔI DƯỠNG LÒNG BIẾT ƠN - <i>Cảm nhận sự vất vả, công ơn của ba mẹ thông qua hành vi hồi tưởng. Suy nghĩ về quy định không chính thống của gia đình mình.</i> - <i>Biết cách lắng nghe, trao đổi ý kiến với ba mẹ để tạo nên nếp sống gia đình hoà thuận < tôn trọng lẫn nhau.</i> - <i>Hồi tưởng, ghi nhận sự biết ơn vào sản phẩm “Nhật ký biết ơn”.</i>	13	Tiết 1: Bố mẹ không phải người giúp việc của em
	14	Tiết 2: Nội quy nhỏ cho gia đình to
	15	Tiết 3: Nghe ba mẹ nói – Nói ba mẹ nghe
	16	Tiết 4: Nhật ký biết ơn
KỸ NĂNG TÌM KIẾM SỰ HỖ TRỢ - <i>Hiểu khái niệm kỹ năng quan sát. Biết các yếu tố ảnh hưởng để quan sát hiệu quả.</i> - <i>Vận dụng kỹ năng quan sát trong các tình huống nguy hiểm để tìm người đáng tin cậy.</i> - <i>Rèn luyện kỹ năng phân tích, quan sát và ra quyết định sáng suốt trong việc bảo vệ và chăm sóc bản thân.</i>	17	Tiết 1: Kỹ năng quan sát hiệu quả
	18	Tiết 2: Tìm kiếm đối tượng giúp đỡ an toàn

KỸ NĂNG GIAO TIẾP HIỆU QUẢ - Nhận biết tầm quan trọng của giao tiếp trong môi trường tập thể. Hiểu các yếu tố ảnh hưởng khi giao tiếp trong môi trường đội – nhóm. - Học cách tạo dựng hình tượng, thương hiệu cá nhân của bản thân thật đặc sắc. - Rèn luyện kỹ năng giao tiếp tập thể phù hợp, linh hoạt trong môi trường đội – nhóm.	19	Tiết 1: Bí quyết hoà nhập đội – nhóm bằng giao tiếp
	20	Tiết 2: Tạo dựng thương hiệu cá nhân
KỸ NĂNG CHĂM SÓC BẢN THÂN - Hiểu về những ảnh hưởng tiêu cực của thời tiết đối với chăm sóc cơ thể. - Thích nghi với tình trạng thời tiết khắc nghiệt trong việc chăm sóc bản thân. - Rèn luyện kỹ năng chăm sóc bản thân tỉ mỉ, linh hoạt khi thời tiết thay đổi.	21	Tiết 1: Sống chung với nắng nóng
	22	Tiết 2: Cẩn thận khi tắm đêm
DỰ ÁN THIẾU NIÊN AN TOÀN – WE'RE SAFE - Hiểu về cơ thể của chính mình, biết bảo vệ các vùng riêng tư trên cơ thể. - Hiểu các vấn nạn xã hội, các loại bạo lực và những vấn nạn lừa đảo trên mạng xã hội. - Rèn luyện kỹ năng phản biện, tư duy logic để trình bày các quan điểm cá nhân về các vấn nạn thiếu niên hay gặp trong cuộc sống hiện đại. - Xây dựng ý thức chủ động bảo vệ bản thân trước xâm hại tình dục, bạo lực học đường và lừa đảo trên mạng xã hội.	23	Tiết 1: Phòng chống xâm hại tình dục
	24	Tiết 2: Phòng chống bạo lực học đường
	25	Tiết 3: Phòng chống lừa đảo trên mạng xã hội
	26	Tiết 4: Diễn đàn Thiếu niên – Tôi là luật sư!

KỸ NĂNG THỂ HIỆN SỰ KIÊN ĐỊNH TRONG CUỘC SỐNG - Hiểu sự quyết tâm đóng vai trò quan trọng trong việc tạo dựng thành công. Biết cách nuôi dưỡng lòng quyết tâm trong một quá trình. - Xem thất bại như một thử thách của cuộc sống, không sợ hãi, lo lắng. Từ đó, rút ra bài học kinh nghiệm và ứng dụng liên kết với các tình huống thực tiễn.	27	Tiết 1: Nuôi dưỡng sự quyết tâm
	28	Tiết 2: Học tập từ thất bại
KỸ NĂNG LỰA CHỌN VÀ RA QUYẾT ĐỊNH - Tiếp cận và phân tích các quan niệm định kiến, không phù hợp. Biết cách vượt qua các định kiến để phát triển bản thân. - Biết lập kế hoạch với các giải pháp hiệu quả. Biết cân nhắc hiệu quả của các giải pháp lựa chọn để đưa ra quyết định ít rủi ro nhất. - Rèn luyện tư duy hiện đại, logic, không rập khuôn.	29	Tiết 1: Phá bỏ định kiến, thách thức rủi ro
	30	Tiết 2: Đưa ra quyết định sáng suốt
KỸ NĂNG THUYẾT TRÌNH - Nhận biết được nỗi sợ của mình khi đứng trước đám đông. Biết cách điều chỉnh và không chế nỗi sợ. - Lên kế hoạch khoa học, chuẩn bị kỹ càng cho một buổi thuyết trình. - Biết cách ứng biến linh hoạt trong các tình huống thuyết trình. - Rèn luyện sự tự tin, tin tưởng vào bản thân.	31	Tiết 1: Khống chế nỗi sợ
	32	Tiết 2: Chuẩn bị kỹ càng, sẵn sàng thuyết trình
	33	Tiết 3: Bí quyết làm chủ tình huống

KỸ NĂNG TƯ DUY PHẢN BIỆN <i>- Hiểu tầm quan trọng của tư duy phản biện. Biết cách bảo vệ quan điểm cá nhân.</i> <i>- Vận dụng các mẹo giao tiếp khi phê bình người khác, thể hiện sự tôn trọng trong giao tiếp.</i> <i>- Dám thử thách bản thân với các lối suy nghĩ chiến lược ngược dòng, đem lại hiệu quả cao. Hiểu rõ “Không đi theo sóng đông không hẳn là sai”.</i>	34	Tiết 1: Lời phê bình khôn khéo
	35	Tiết 2: Chiến lược tư duy ngược dòng



STARS
ACADEMY

KHUNG CHƯƠNG TRÌNH

HOẠT ĐỘNG TRẢI NGHIỆM SỐNG TRUNG HỌC CƠ SỞ

KHỐI 8

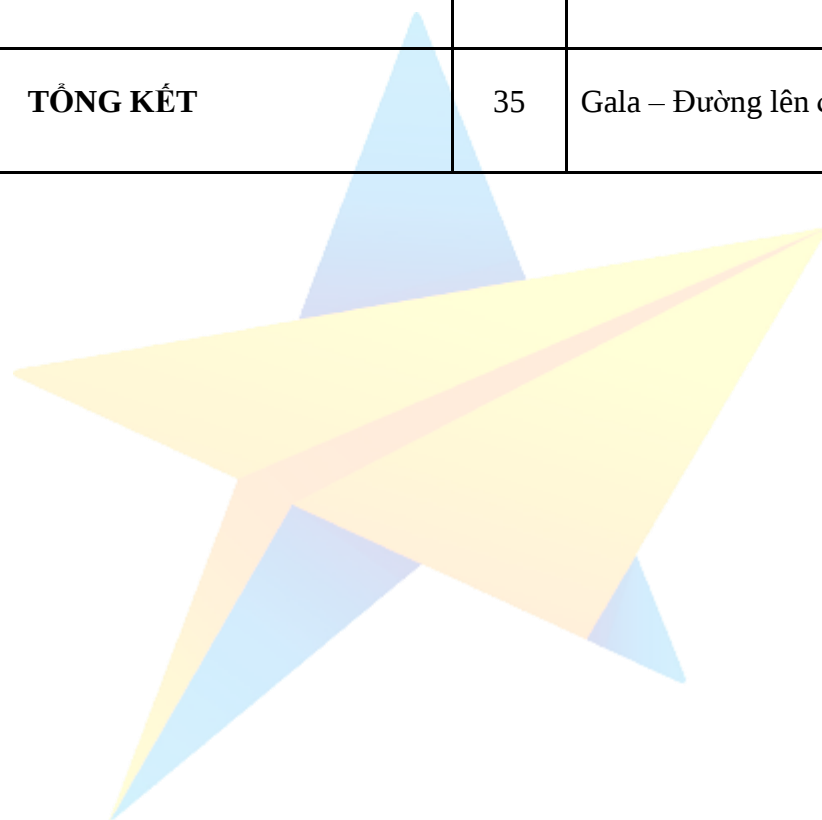
MỤC TIÊU BÀI HỌC	PPCT	NỘI DUNG CHI TIẾT
KỸ NĂNG ỨNG XỬ CẢM XÚC GIỚI TÍNH <i>- Hiểu những rung động của tuổi dậy thì, lợi ích và tác hại của tình yêu tuổi học trò.</i> <i>- Biết cách ứng xử phù hợp với bạn cùng giới, khác giới phù hợp.</i> <i>- Học cách “cảm nắng” lành mạnh, đem lại đời sống tinh thần tích cực ở lứa tuổi dậy thì.</i>	1	Tiết 1: Tuổi chúng mình
	2	Tiết 2: Tình yêu tuổi học trò
	3	Tiết 3: Hướng dẫn “cảm nắng” đúng cách
KỸ NĂNG VƯỢT QUA CON TỨC GIẬN <i>- Nhận biết các loại cảm xúc trong giao tiếp. Phân biệt cảm xúc tiêu cực có lợi và cảm xúc tiêu cực có hại.</i> <i>- Không vội vàng đưa ra quyết định khi nóng giận.</i> <i>- Vận dụng các bí quyết kiểm soát cảm xúc tiêu cực.</i>	4	Tiết 1: Đừng nổi giận để rồi hối hận
	5	Tiết 2: Bí quyết kiểm soát cơn giận
KỸ NĂNG PHÒNG CHỐNG BẠO LỰC HỌC ĐƯỜNG <i>- Hiểu các nguyên nhân, hậu quả và các biện pháp phòng chống bạo lực học đường.</i> <i>- Biết lên tiếng khi là nạn nhân hoặc người chứng kiến bạo lực học đường.</i> <i>- Nâng cao tinh thần tuyên truyền, phát động các phong trào phòng chống bạo lực học đường.</i>	6	Tiết 1: Bạo lực học đường – Kẻ thù của học sinh hiện đại
	7	Tiết 2: Hãy lên tiếng!

KỸ NĂNG THỂ HIỆN SỰ CẢM THÔNG VỚI NGƯỜI KHÁC <i>- Biết lắng nghe, thấu hiểu cảm xúc với người khác.</i> <i>Hiểu được các sự ảnh hưởng của các định kiến xã hội không phù hợp.</i> <i>- Mạnh dạn, tự tin vượt qua các định kiến xã hội để thể hiện bản thân.</i> <i>- Biết cách thể hiện sự yêu thương.</i>	8	Tiết 1: Lắng nghe – Đồng cảm
	9	Tiết 2: Xóa bỏ rào cản định kiến
KỸ NĂNG GIẢI QUYẾT VẤN ĐỀ HIỆU QUẢ <i>- Hiểu tác hại của thói quen phán đoán, biết cách thay đổi trong tư duy, suy nghĩ có logic.</i> <i>- Biết lên kế hoạch cụ thể, lựa chọn giải pháp thông minh.</i> <i>- Vận dụng bí quyết giải quyết vấn đề theo sơ đồ tư duy.</i>	10	Tiết 1: Phá vỡ thói quen phán đoán
	11	Tiết 2: Bắt tay giải quyết vấn đề
KỸ NĂNG TƯ DUY PHẢN BIỆN <i>- Hiểu về tư duy phản biện, vai trò của tư duy phản biện trong quá trình phát triển năng lực cá nhân.</i> <i>- Phân tích được quan điểm “Không phải lúc nào số đông cũng đúng”.</i> <i>- Thực hành phản biện có cơ sở để phát triển các kỹ năng giao tiếp, phản biện chứ không công kích.</i>	12	Tiết 1: Tư duy phê bình khôn khéo
	13	Tiết 2: Ngược dòng phản biện
	14	Tiết 3: Thương lượng hiệu quả
KỸ NĂNG SỬ DỤNG INTERNET HIỆU QUẢ <i>- Nhận biết các mối nguy hiểm từ internet.</i> <i>- Sử dụng các ứng dụng kết bạn, mua sắm trên internet một cách thông minh, an toàn.</i>	15	Tiết 1: Thật - Ảo tình bạn qua Internet
	16	Tiết 2: Mua sắm trực tuyến an toàn

- Đề cao tinh thần cảnh giác đối với các mối nguy hiểm internet như: Lừa đảo tiền, đánh cắp thông tin cá nhân, hành vi lôi kéo, dụ dỗ vào các nhóm, tổ chức không lành mạnh,...	17	Tiết 3: Cảnh giác với tin tặc
KỸ NĂNG GIAO TIẾP QUA ĐIỆN THOẠI - Hiểu hành động giao tiếp văn minh qua điện thoại đối với các nhóm đối tượng khác nhau, hiểu về khái niệm thương lượng. - Hiểu được tư duy cùng thắng (win – win) và ý nghĩa win-win trong thương lượng. - Đề cao hành vi giao tiếp qua điện thoại quan trọng giao tiếp trực tiếp. - Ứng phó thông minh, an toàn khi gặp lừa đảo qua điện thoại.	18	Tiết 1: Kỹ năng giao tiếp đúng cách qua điện thoại
	19	Tiết 2: Xử lý khi gặp điện thoại lừa đảo
CÔNG DÂN 5.0 - Hiểu khái niệm, lợi ích của AI trong đời sống và học tập, công việc. - Nhận biết tư duy “Làm chủ công cụ AI”. - Tư duy trí tuệ vào công cụ AI trong học tập thông qua ChatGPT, Suno, DeepAI,... - Vận dụng AI như một công cụ học tập, làm việc hiệu quả.	20	Tiết 1: Thế giới nhân tạo
	21	Tiết 2: Làm chủ công cụ AI
	22	Tiết 3: Thực hành: AI trong thời đại số
PHÒNG TRÁNH XÂM HẠI Dự án học tập: Tiếng Nói Trẻ Em - Tìm hiểu về tầm quan trọng và nội dung các quyền trẻ em. Biết được vai trò của trẻ em trong việc góp phần xây dựng và phát triển đất nước.	23	Tiết 1: Quyền trẻ em – Quyền của chúng mình
	24	Tiết 2: Bức tranh biết nói 1
	25	Tiết 3: Bức tranh biết nói 2

- Hiểu thực trạng vấn nạn xâm hại trẻ em, vai trò của trẻ em khi chủ động lên tiếng bảo vệ cho chính mình. - Rèn luyện sự tự tin, năng lực mạnh mẽ dám lên tiếng. Thông qua dự án học tập, học sinh trải nghiệm nhiều hơn về kỹ năng giao tiếp, kết nối. - Nâng cao tinh thần cảnh giác, bày tỏ sự tình yêu đối với cơ thể của mình.	26	Tiết 4: Tổng kết dự án – Rung chuông vàng
THÓI QUEN XẤU, TẠM BIỆT NHÉ! Dự án học tập: Nhật ký trưởng thành - Hiểu các thói quen xấu tiêu biểu của bản thân như: trì hoãn, thiếu kiên nhẫn, không tôn trọng người khác,... - Biết cách thay đổi cho những kế hoạch cá nhân, vượt qua sự trì hoãn, tự tạo cơ hội phát triển cho bản thân. - Hiểu “Tôn trọng người khác là tôn trọng chính mình”. - Rèn luyện thái độ sống tích cực, biết yêu thương bản thân và người khác.	27	Tiết 1: Không nên trì hoãn, phải hành động ngay
	28	Tiết 2: Tự tạo cơ hội cho bản thân
	29	Tiết 3: Tôn trọng người khác
AN TOÀN KHI ĐI DÃ NGOẠI - Hiểu và vận dụng được cách lập kế hoạch SMART trong các chuyến dã ngoại. - Liệt kê, tìm hiểu về các tình huống có thể xảy ra khi đi dã ngoại. - Biết cách ứng phó với các tình huống nguy hiểm khi đi dã ngoại.	30	Tiết 1: Dã ngoại – Những điều cần nhớ
	31	Tiết 2: Ứng phó với các tình huống khi đi dã ngoại
	32	Tiết 3: Phòng chống đuối nước

HƯỚNG NGHIỆP <i>- Định hướng nghề nghiệp tương lai.</i> <i>- Có ý thức lựa chọn nghề nghiệp của bản thân và định hướng từ ngay khi còn học trên ghế nhà trường.</i>	33	Tiết 1: Nghề và Nghiệp
	34	Tiết 2: Nghề chọn người hay người chọn nghề.
TỔNG KẾT	35	Gala – Đường lên đỉnh Stars



STARS
ACADEMY

KHUNG CHƯƠNG TRÌNH

HOẠT ĐỘNG TRẢI NGHIỆM SỐNG TRUNG HỌC CƠ SỞ

KHỐI 9

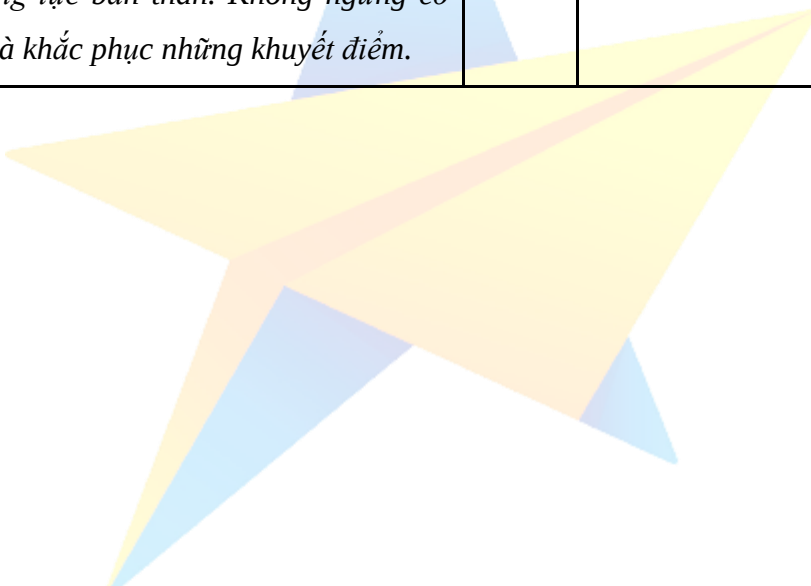
MỤC TIÊU BÀI HỌC	PPCT	NỘI DUNG CHI TIẾT
SÓNG CHUNG VỚI BIẾN ĐỔI KHÍ HẬU <i>- Hiểu khái niệm “Biến đổi khí hậu”, nhận biết và phân tích được các nguyên nhân của biến đổi khí hậu.</i> <i>- Liệt kê hậu quả của biến đổi khí hậu trong đời sống con người.</i> <i>- Thực hành xử lý cứu người, nhận biết các mối nguy hiểm trong thời đại khí hậu luôn biến động do các tác nhân từ con người.</i>	1	Tiết 1: Sống chung với nắng nóng
	2	Tiết 2: Đừng tắm đêm!
	3	Tiết 3: Ứng phó với ô nhiễm không khí
	4	Tiết 4: Xử lý cứu người trong thiên tai: Sạt lở đất
KỸ NĂNG DUY TRÌ TINH THẦN LẠC QUAN <i>- Hiểu được suy nghĩ tích cực, nhận diện lời nói tiêu cực – lời nói tích cực và cách vận hành của não bộ khi bị tấn công bởi các lời nói tiêu cực.</i> <i>- Vận dụng lời nói tích cực trong đời sống hằng ngày, thể hiện hành động tích cực đối với bản thân và người khác.</i> <i>- Cân sử dụng lời nói, hành động hàng ngày để tránh làm tổn thương người khác.</i>	5	Tiết 1: Suy nghĩ tích cực
	6	Tiết 2: Nói lời tích cực
	7	Tiết 3: Hành động tích cực
KỸ NĂNG QUẢN LÝ NHIỆM VỤ HỌC TẬP <i>- Hiểu được các khái niệm khoa học: chiến lược, kế hoạch, nhiệm vụ, ...</i> <i>- Phân biệt được chiến lược và kế hoạch.</i> <i>- Vận dụng các bí quyết tự học hiệu quả vào chiến lược học tập.</i> <i>- Biết khắc phục khó khăn, vượt qua thử thách. Tự tạo năng lượng tích cực cho bản thân trong học tập.</i>	8	Tiết 1: Chiến lược chinh phục nhiệm vụ
	9	Tiết 2: Bí quyết tự học hiệu quả

AN TOÀN KHÔNG GIAN MẠNG - Nhận biết các mối nguy hiểm qua mạng xã hội, tầm quan trọng của việc bảo vệ thông tin cá nhân trên mạng xã hội. - Nhận biết các biểu hiện của hành vi bắt nạt và quấy rối tình dục trên mạng. - Ứng phó an toàn để bảo vệ bản thân. Rèn luyện kỹ năng phân tích vấn đề, dự cảm và giải quyết vấn đề hiệu quả.	10	Tiết 1: Cám dỗ qua mạng
	11	Tiết 2: Bảo vệ sự riêng tư trên mạng
	12	Tiết 3: Ứng xử trước bắt nạt và quấy rối tình dục trên mạng
KỸ NĂNG ỨNG PHÓ VỚI LỪA ĐẢO QUA ĐIỆN THOẠI - Nhận biết các loại ứng dụng trên điện thoại di động, phân biệt được ứng dụng có lợi và có hại. - Hiểu lợi ích và tác hại của các ứng dụng gọi xe công nghệ. - Cân nhắc khi sử dụng ứng dụng gọi xe công nghệ để đảm bảo an toàn cho bản thân.	13	Tiết 1: Hãy cẩn thận với ứng dụng điện thoại!
	14	Tiết 2: An toàn khi sử dụng các ứng dụng gọi xe công nghệ
BẢO VỆ BẢN THÂN - Hiểu các khái niệm bắt cóc, buôn bán người. Nhận biết các tình huống có nguy cơ dẫn đến nguy hiểm cho bản thân trong cuộc sống. - Phân tích các đặc điểm dự đoán được các tình huống có thể diễn ra trong các trường hợp. - Vận dụng kiến thức để thực hành các thao tác, kỹ năng tự vệ đơn giản. - Nâng cao tinh thần chủ động bảo vệ bản thân và người xung quanh trong các trường hợp.	15	Tiết 1: I'm safe – Sổ tay phòng chống bắt cóc
	16	Tiết 2: Phòng chống lừa đảo buôn bán người
	17	Tiết 3: Kỹ năng xử lý thoát khỏi đám đông
	18	Tiết 4: Phòng chống xâm hại bằng các kỹ thuật tự vệ

KỸ NĂNG GIẢI QUYẾT MÂU THUẪN HIỆU QUẢ - Hiểu nguyên nhân của hành động gây hấn bốc đồng. Nhìn nhận được các loại cảm xúc tiêu cực ảnh hưởng đến hành vi gây hấn bốc đồng. - Biết cảm nhận và quản lý cảm xúc của bản thân khi có mâu thuẫn. - Vận dụng các bí quyết kiểm soát cảm xúc khi có mâu thuẫn.	15	Tiết 1: Gây hấn bốc đồng – Hiểu để thương
	16	Tiết 2: Giải quyết mâu thuẫn hiệu quả
KỸ NĂNG SỬ DỤNG TRÍ TUỆ NHÂN TẠO - Phân tích các khái niệm ứng dụng AI trong đời sống con người. - Nhận định rõ vai trò làm chủ công nghệ, trí tuệ nhân tạo, không lệ thuộc AI trong các hoạt động đời thường vốn dĩ con người có thể tự thực hiện. - Tìm hiểu và vận dụng các công cụ AI bổ ích, phục vụ cho việc học tập.	19	Tiết 1: Tư duy cùng ChatGPT
	20	Tiết 2: AI làm nhạc sĩ
	21	Tiết 3: AI làm họa sĩ
	22	Tiết 4: Sản phẩm từ AI
NÓI KHÔNG VỚI CÁC TỆ NẠN XÃ HỘI - Hiểu về các chất gây nghiện, loại bỏ suy nghĩ “dùng thử” trong một bộ phận học sinh. - Phân tích các tác hại khổng lồ từ hành vi “dùng thử” một trong các chất gây nghiện. - Xử lý các nguy cơ có thể bị tác động rơi vào tình trạng nghiện.	23	Tiết 1: Thuốc lá – Thuốc lá điện tử
	24	Tiết 2: Dùng hút kích thích – Bán rẻ cuộc đời
GIÁO DỤC GIỚI TÍNH VÀ SỨC KHOẺ SINH SẢN TUỔI VỊ THÀNH NIÊN - Hiểu các đặc điểm tâm sinh lý ở độ tuổi vị thành niên.	25	Tiết 1: Giáo dục giới tính vị thành niên

- Hiểu các nguyên nhân tác động đến hành vi nổi loạn tuổi vị thành niên. - Phân tích các ưu điểm, nhược điểm của tuổi vị thành niên trong mối quan hệ bạn bè, tình cảm tuổi học trò. - Liệt kê được tầm quan trọng của việc bảo vệ sức khoẻ tinh thần và sức khoẻ sinh sản tuổi vị thành niên. - Chủ động bảo vệ bản thân và đưa ra lời khuyên cho bạn bè đồng trang lứa.	26	Tiết 2: Tình yêu và sức khoẻ sinh sản tuổi vị thành niên
KỸ NĂNG TƯ DUY SÁNG TẠO - Phân biệt tư duy lối mòn và tư duy sáng tạo, hiểu vai trò của tư duy sáng tạo trong việc phát triển năng lực bản thân. - Xây dựng các phương pháp giải quyết vấn đề sáng tạo dựa trên các bí quyết được hướng dẫn. - Tích cực vận dụng tư duy sáng tạo trong học tập và các hoạt động xã hội hàng ngày.	27	Tiết 1: Phá bỏ lối mòn tư duy
	28	Tiết 2: Phương pháp tư duy sáng tạo
KỸ NĂNG QUẢN LÝ TÀI CHÍNH - Hiểu giá trị của tiền, biết thể hiện kế hoạch chi tiêu khoa học và hiệu quả. - Biết lập kế hoạch làm việc, học tập. Rèn luyện tư duy sáng tạo khởi nghiệp tuổi teen. - Vận dụng kỹ năng phân tích, lập kế hoạch, sử dụng ưu – khuyết điểm của bản thân,...	29	Tiết 1: Kế hoạch chi tiêu hiệu quả
	30	Tiết 2: Chiến lược khởi nghiệp tuổi teen
	31	Tiết 3: Doanh nghiệp teen
KỸ NĂNG ĐỊNH HƯỚNG TƯƠNG LAI NGHỀ NGHIỆP	32	Tiết 1: Nghề và Nghiệp

- Phân biệt khái niệm nghề và nghiệp. - Tham gia diễn đàn định hướng nghề nghiệp, chủ động tìm hiểu nghề nghiệp mơ ước để có sự chuẩn bị tối đa cho nghề nghiệp tương lai. - Hiểu về các xu hướng chọn nghề, định kiến về nghề nghiệp. - Mạnh dạn, tự tin lựa chọn nghề theo niềm đam mê và năng lực của bản thân. - Rèn luyện kỹ năng làm việc nhóm, phân tích vấn đề và tự tin vào năng lực bản thân. Không ngừng cố gắng phát triển và khắc phục những khuyết điểm.	33	Tiết 2: Tỉnh táo với nghề trào lưu
	34	Tiết 2: Kỹ năng sử dụng email
	35	Tiết 3: Tuyệt chiêu xoay chuyển tình thế khi phỏng vấn



STARS
ACADEMY