

CHỦ ĐỀ: THÍCH ỨNG VỚI THAY ĐỔI (4 TIẾT)

HOẠT ĐỘNG 1: MỞ ĐẦU

CHUYÊN GIAO NHIỆM VỤ HỌC TẬP

*** Nhiệm vụ : Em hãy quan sát các hình ảnh sau và cho biết những thay đổi nào đã xảy ra đối với các nhân vật và hậu quả của những thay đổi đó.**



HOẠT ĐỘNG 2: KHÁM PHÁ

CHUYÊN GIAO NHIỆM VỤ HỌC TẬP

Khám phá 1:

Nhiệm vụ : Em hãy đọc câu chuyện và các trường hợp sau để trả lời câu hỏi

ÔI, SAO TAY KÝ LẠI THẾ NÀY!

Mẹ tôi kể lại, mấy hôm tôi ốm nằm liệt giường, ngày nào Bằng cũng đến lấp ló ngoài cửa sổ. Nó đứng thu lu ở đấy một lúc rồi lặng lẽ quay về. Chắc Bằng buồn lắm.

Hôm nay thấy tôi ra ngõ chơi được, Bằng mừng quá. Nó vừa chạy đến chỗ tôi vừa gọi:

Ký ơi, ra sân đình đánh đáo với tớ đi.

Tôi chưa kịp nói gì thì Bằng đã ôm chầm lấy tôi. Nó cầm tay tôi định kéo đi. Bỗng nét mặt nó biến sắc.

Nó chằm chằm nhìn vào tôi, hốt hoảng thốt lên:

- Ôi, sao tay Ký lại thế này?

- Chẳng biết nữa. Tôi trả lời gọn mấy tiếng như vậy.

Bọn trẻ chơi quanh đó thấy lạ liền ủa đến. Đứa sờ, đứa mó, có đứa tinh nghịch giật tay tôi một cái rồi bỏ chạy kêu lên:

- A, Ký què rồi chúng mày ạ. Ký què... Ký què.

Tôi chỉ còn biết đứng lặng nhìn xuống đôi tay buông thõng của mình, mặc cho hai dòng lệ ứa trào từ lúc nào. Thế là từ nay hai tiếng “thằng què” sẽ là cái biệt danh của tôi ư? Sao có chuyện kì lạ thế này nhỉ? Mới cách đây mấy ngày thôi, đôi tay của tôi vẫn còn nguyên vẹn kia mà!

(Nguyễn Ngọc Ký, 2022, Tôi đi học, NXB Tổng hợp Thành phố Hồ Chí Minh, Thành phố Hồ Chí Minh, trang 11-12)

Trường hợp 1.

Bạn K có mẹ làm công nhân và bố làm kĩ sư. Trong khi làm việc, không may mẹ của bạn K bị tai nạn lao động phải nằm viện sáu tháng. Thời gian đầu, mọi sinh hoạt của gia đình bị đảo lộn. Bố bạn K phải xin nghỉ việc không lương để vào bệnh viện chăm sóc mẹ. Bạn K phải thay bố mẹ quán xuyến công việc gia đình.

Trường hợp 2.

Lên cấp hai, bố bạn C làm ăn bị phá sản. Bạn C chia sẻ: “Đúng là chuyện gì cũng có thể xảy ra. Trước kia, mình không bao giờ nghĩ đến việc bố bị phá sản, phải bán nhà. Đến khi có chuyện, mẹ và mình đã rất lo lắng”.

Câu hỏi:

- 1/ Theo em, có những thay đổi nào đã xảy ra với các nhân vật trong câu chuyện và các trường hợp trên?
- 2/ Những thay đổi đó đã ảnh hưởng như thế nào đến cuộc sống của họ

Khám phá 2

Nhiệm vụ : Em hãy đọc nội dung sau và trả lời câu hỏi

Chấp nhận thay đổi là tất yếu: cho dù có chấp nhận hay không thì sự thay đổi cũng diễn ra; chấp nhận là điều kiện tiên quyết để có thể đối diện và thích ứng với thay đổi. Đối với những sự thay đổi quá lớn, có thể cần nhiều thời gian để chấp nhận và đối diện.

Sau khi được bác sĩ kết luận gãy xương chân, phải bắt vít và sẽ không thể chạy điền kinh được nữa, anh B rất buồn và thất vọng. Bao nhiêu dự định của anh vẫn còn dang dở. Tuy nhiên, anh B tự nhủ rằng: “Có buồn hay thất vọng thì chân mình cũng đã gãy rồi. Mình không có cách nào ngoài việc đối diện với sự thật và vượt qua nó”

Giữ bình tĩnh trong mọi hoàn cảnh: chỉ khi bình tĩnh, chúng ta mới sáng suốt để giải quyết vấn đề. Khi sự việc, biến cố xảy ra, cần lắng nghe, tìm hiểu để có đầy đủ thông tin trước khi phản ứng; hít thở sâu để lấy lại sự bình tĩnh và ở bên cạnh người thân hoặc người mà mình tin tưởng để có thêm sức mạnh khi phải đối diện với sự thay đổi.

Khi bị ngã xe, anh B thấy chân trái của mình sưng tấy và đau nhức rất nhiều. Ngay lúc đó, anh cố gắng trấn an bản thân, nhờ người đi đường dìu lên vỉa hè để gọi điện thoại cho người bạn thân. Trong lúc chờ bạn đến đưa đi bệnh viện, anh B đã tìm cách cố định chân và hít thở sâu để giữ bình tĩnh.

Chủ động tìm cách giải quyết vấn đề theo hướng tích cực: luôn có nhiều cách giải quyết cho một vấn đề; cần suy nghĩ, đề ra nhiều phương án khác nhau và cân nhắc để lựa chọn phương án tích cực, khả thi nhất. Bản thân cần chủ động giải quyết trước khi tìm đến sự hỗ trợ từ người thân, bạn bè, thầy cô hoặc người có chuyên môn.

Sau khi xuất viện, anh B tìm hiểu thông tin để chuyển ngành học. Nhận thấy bản thân có khả năng tin học khá tốt, ngành học phù hợp với tình hình sức khỏe và có nhiều cơ hội việc làm sau khi ra trường nên anh B đã chuyển sang học công nghệ thông tin. Dần dần, anh B đã yêu thích ngành học này hơn.

Câu hỏi:

- 1/ Anh B đã làm gì để thích ứng với sự thay đổi của bản thân?
- 2/ Để thích ứng với sự thay đổi, cần rèn luyện những kĩ năng nào?

Khám phá 3

Nhiệm vụ : Em hãy quan sát các hình ảnh sau để tư vấn cách thích ứng với thay đổi phù hợp cho các nhân vật



PHẦN GHI BÀI:

1. Những thay đổi có thể xảy ra trong cuộc sống của bản thân và gia đình

- Những thay đổi có thể xảy ra đối với mỗi cá nhân và gia đình:

+ Môi trường: thiên tai (bão lụt, lốc, sét, mưa lớn, lũ, lũ quét, ngập lụt; sạt lở đất, ...), biến đổi khí hậu,...

+ Gia đình: mất mát người thân, thay đổi chỗ ở, thay đổi thu nhập,...

+ Khoa học công nghệ mới: Robot và tự động hoá, trí tuệ nhân tạo

2. Ý nghĩa của sự thích ứng và biện pháp thích ứng với sự thay đổi

- **Ý nghĩa:** Thích ứng với thay đổi giúp chúng ta vượt qua được sự thay đổi của hoàn cảnh; sống phù hợp với hoàn cảnh; không ngừng tự hoàn thiện và phát triển bản thân.

- **Một số biện pháp** để thích ứng với thay đổi trong cuộc sống như:

+ Chấp nhận rằng sự thay đổi là tất yếu:

+ Giữ sự bình tĩnh trong mọi hoàn cảnh.

+ Chủ động tìm cách giải quyết vấn đề theo hướng tích cực.

HOẠT ĐỘNG 3: LUYỆN TẬP

Luyện tập 1

Em đồng tình hay không đồng tình với cách thích ứng với sự thay đổi nào dưới đây? Vì sao?

a. Bạn M luôn nhờ đến sự giúp đỡ của người khác khi bố hoặc mẹ bị ốm nặng

b. Bạn A thích đọc sách về các danh nhân để tìm hiểu và học hỏi từ họ, nhất là cách họ đối diện với thất bại

c. Bạn Y hay suy nghĩ theo hướng tiêu cực khi đối diện với khó khăn

d. Bạn B luôn tự mình giải quyết mọi vấn đề xảy ra trong cuộc sống

Luyện tập 2

Em hãy quan sát hình ảnh dưới đây để xây dựng bài thuyết trình về sự thích ứng và ý nghĩa của việc thích ứng với sự thay đổi trong cuộc sống.



Sức mạnh của nước nằm ở sự linh hoạt và uyển chuyển
tuỳ theo hoàn cảnh. Nước có thể len lỏi, xuyên qua mọi thác ghềnh,
vật cản để hoà mình vào biển cả.

Luyện tập 3

Em hãy đọc các tình huống sau và đề xuất cách thích ứng với sự thay đổi một cách phù hợp, hiệu quả
Tình huống 1.

Ngày cuối tuần, bạn N sang nhà bạn C chơi. Trong lúc cả hai đang chơi cờ vua thì có tiếng gọi thất thanh từ một người hàng xóm: “N đâu, về mau, nhà cháu cháy hết rồi kìa”. Vừa nghe xong, bạn N hốt hoảng, bật khóc tức tưởi và luống cuống không biết phải làm gì.

Tình huống 2.

Sau lần bị bỏng nước sôi, một phần ba khuôn mặt của bạn B bị sẹo. Bạn B rất buồn, tự ti, bẽ tắc và luôn tìm cách tránh mặt mọi người.

LINK HƯỚNG DẪN HỌC TẬP

<https://vietjack.com/giao-duc-cong-dan-9-ct/bai-7-thich-ung-voi-thay-doi.jsp>



Mọi thắc mắc xin liên hệ với Cô Ngọc Minh SĐT 0374808967