

CHỦ ĐỀ 2. KHÁM PHÁ BẢN THÂN

(4 tuần = 12 tiết)

I. MỤC TIÊU CHỦ ĐỀ

Sau chủ đề này, HS có khả năng:

- Nhận diện được nét riêng và thể hiện được sự tự tin về đặc điểm riêng của bản thân.
- Phân tích được những điểm mạnh, điểm yếu của bản thân và biết điều chỉnh bản thân để thích ứng với sự thay đổi.
- Nhận diện được hứng thú, sở trường của bản thân và có kế hoạch phát triển sở trường liên quan đến định hướng nghề nghiệp trong tương lai.
- Phát triển năng lực thích ứng với cuộc sống, năng lực thiết kế và tổ chức hoạt động, năng lực hướng nghiệp và các phẩm chất: tự tin, trách nhiệm, chăm chỉ.

1. Về năng lực

1.1 Năng lực chung:

- Giải quyết được những nhiệm vụ học tập một cách độc lập, theo nhóm và thể hiện sự sáng tạo. (NL GQVĐ & ST)
- Góp phần phát triển năng lực giao tiếp và hợp tác qua hoạt động nhóm và trao đổi công việc với giáo viên. (NL GT&HT)

1.2 Năng lực đặc thù:

Sau khi tham gia hoạt động này, HS có khả năng:

- Nhận diện được nét riêng và thể hiện được sự tự tin về đặc điểm riêng của bản thân.
- Phân tích được những điểm mạnh, điểm yếu của bản thân và biết điều chỉnh bản thân để thích ứng với sự thay đổi.
- Nhận diện được hứng thú, sở trường của bản thân và có kế hoạch phát triển sở trường liên quan đến định hướng nghề nghiệp trong tương lai.

2. Về phẩm chất

Chăm chỉ, trung thực, trách nhiệm.

II- THIẾT BỊ DẠY HỌC VÀ HỌC LIỆU

1. Đối với giáo viên

- SGK, SGV.
- Ví dụ minh họa về các đặc điểm riêng từng mặt của cá nhân.
- Ví dụ minh họa về phát triển sở trường liên quan đến định hướng nghề nghiệp tương lai.
- Máy tính, máy chiếu (nếu có).

2. Đối với học sinh

- SGK, SBT Hoạt động trải nghiệm, hướng nghiệp 11.
- Giấy A4, bút, vật liệu để làm sản phẩm giới thiệu đặc điểm riêng của bản thân (sử dụng cho các hoạt động ở pha Rèn luyện).
- Bút dạ, giấy khổ A0, A1 (sử dụng cho các hoạt động thảo luận nhóm).

III. TIẾN TRÌNH DẠY HỌC

KHỞI ĐỘNG

a) Mục tiêu: Tạo tâm thế thoải mái, hứng thú, từng bước bước vào nội dung hoạt động.

b) Nội dung: GV trình bày vấn đề, HS trả lời câu hỏi.

c) Sản phẩm học tập: bài QUIZ và câu trả lời của HS.

d) Tổ chức thực hiện:

- GV cho HS chơi trò chơi QUIZ để khám phá tính cách của bản thân. (GV gửi link QUIZ cho HS tham gia)
- HS tiếp nhận, thực hiện nhiệm vụ.
- GV dẫn dắt vào hoạt động: *Để hiểu rõ hơn về những đặc điểm tính cách, biết cách phát huy điểm mạnh, yếu của bản thân và nhận diện được khả năng điều chỉnh tư duy theo hướng tích cực cho bản thân, chúng ta sẽ cùng đi khám phá những hoạt động trong ngày hôm nay – Khám phá bản thân.*

KHÁM PHÁ - KẾT NỐI

1. Hoạt động 1: Khám phá đặc điểm riêng của bản thân

a) Mục tiêu: Thông qua hoạt động, HS biết được mỗi người đều có những đặc điểm riêng, không ai giống nhau hoàn toàn.

b) Nội dung:

- Xác định đặc điểm riêng của bản thân trong học tập, công việc, sinh hoạt hằng ngày, giao tiếp, ứng xử với người khác.
- Xác định đặc điểm nào là điểm mạnh, điểm yếu của bản thân.

c) Sản phẩm học tập: Bản tự xác định đặc điểm riêng của bản thân HS.

d) Tổ chức thực hiện:

HOẠT ĐỘNG CỦA GIÁO VIÊN - HỌC SINH	DỰ KIẾN SẢN PHẨM
Bước 1: GV chuyển giao nhiệm vụ học tập 1. Chơi trò chơi “Nhà báo đi tìm người nổi tiếng”. - GV tổ chức cho HS chơi trò chơi “Nhà báo đi tìm người nổi tiếng” GV phổ biến cách chơi: Một bạn trong lớp xung phong đóng vai là nhà báo đến địa phương tìm người nổi tiếng để phỏng vấn. Trong khi “nhà báo” đi ra ngoài, cả lớp bí mật chọn một người là “người nổi tiếng” và cùng nhau quan sát xem người	1. Xác định đặc điểm riêng của bản thân - Để xác định được tính cách của bản thân, chúng ta cần căn cứ vào những hành vi, thói quen, cách ứng xử,...của bản thân trong cuộc sống hằng

đó có những đặc điểm gì nổi bật. “Nhà báo được quyền đặt ra 3 - 5 câu hỏi (đóng) với những “người dân trong cộng đồng” về đặc điểm của người nổi tiếng. Sau khi nhận được các câu trả lời, “nhà báo” phải chỉ ra người nổi tiếng là ai. - HS chơi trò chơi - Thảo luận sau khi chơi: <i>Em rút ra được điều gì sau khi chơi trò chơi này?</i> - GV kết luận: Mỗi người đều có những đặc điểm riêng, làm nên bản sắc cá nhân của người đó. Không ai giống nhau hoàn toàn. 2. Xác định đặc điểm riêng của bản thân - GV nêu yêu cầu xác định đặc điểm riêng theo các nội dung gợi ý trong SGK. GV lấy ví dụ cụ thể về từng mục để HS dễ hình dung và thực hiện bài tập. - HS tự xác định đặc điểm riêng của bản thân. - GV yêu cầu HS suy ngẫm và + Đánh dấu (+) vào những điểm mạnh. + Đánh dấu (–) vào những điểm yếu + Đánh dấu (*) vào những hứng thú, sở trường có liên quan đến nghề nghiệp tương lai. Bước 2: HS thực hiện nhiệm vụ học tập - HS đọc SGK, thảo luận và trả lời câu hỏi. - GV hướng dẫn, theo dõi, hỗ trợ HS nếu cần thiết. Bước 3: Báo cáo kết quả hoạt động và thảo luận - GV mời đại diện HS, các nhóm trả lời. - GV mời HS khác nhận xét, bổ sung. Bước 4: Đánh giá kết quả, thực hiện nhiệm vụ học tập GV đánh giá, nhận xét, chuyển sang nội dung mới.	ngày, căn cứ vào kết quả học tập, lao động, giao tiếp, hoạt động xã hội của bản thân. - Đồng thời, lắng nghe nhận xét của người thân thiết, gần gũi về mình.
---	---

2. Hoạt động 2: Bản tự xác định đặc điểm riêng của bản thân HS.

a) Mục tiêu: Thông qua hoạt động, HS biết cách thể hiện sự tự tin về những đặc điểm riêng của bản thân.

b) Nội dung:

- HS biết cách thể hiện sự tự tin về những đặc điểm riêng của bản thân.
- HS nêu được ví dụ cho thấy cách thể hiện sự tự tin về những đặc điểm riêng của bản thân có ảnh hưởng đến cách giao tiếp, ứng xử.

c) Sản phẩm học tập: Kết quả thảo luận của HS về cách thể hiện sự tự tin với những đặc điểm riêng của bản thân.

d) Tổ chức thực hiện:

HOẠT ĐỘNG CỦA GIÁO VIÊN - HỌC SINH	DỰ KIẾN SẢN PHẨM
Bước 1: GV chuyển giao nhiệm vụ học tập - GV yêu cầu HS chia sẻ về những đặc điểm riêng của các em với các bạn trong nhóm. - GV mời một số HS chia sẻ trước lớp. - GV nêu câu hỏi phỏng vấn HS về cảm xúc của các em khi chia sẻ về những đặc điểm riêng của mình với người khác. - Tổ chức thảo luận chung cả lớp về cách thể hiện sự tự tin đối với những đặc điểm riêng của bản thân. - GV tổng kết các ý kiến của HS và kết luận. Bước 2: HS thực hiện nhiệm vụ học tập - HS đọc SGK trang 15-16, thảo luận và trả lời câu hỏi. - GV hướng dẫn, theo dõi, hỗ trợ HS nếu cần thiết. Bước 3: Báo cáo kết quả hoạt động và thảo luận - GV mời đại diện HS, các nhóm trả lời. - GV mời HS khác nhận xét, bổ sung. Bước 4: Đánh giá kết quả, thực hiện nhiệm vụ học tập GV đánh giá, nhận xét, chuyển sang nội dung mới.	2. Tìm hiểu về cách thể hiện sự tự tin đối với những đặc điểm riêng của bản thân HS Chúng ta cần tự tin về những đặc điểm riêng của bản thân. Có nhiều cách để thể hiện điều đó, ví dụ như: + Chủ động giới thiệu về đặc điểm riêng của mình. + Xung phong nhận nhiệm vụ phù hợp với khả năng của bản thân. + Chủ động tham gia các câu lạc bộ, những hoạt động mà mình yêu thích. + Mạnh dạn thể hiện những khả năng, sở trường của mình trong các hoạt động, các sự kiện chung

3. Hoạt động 3: Tìm hiểu cách điều chỉnh bản thân để thích ứng với sự thay đổi

a) Mục tiêu: Thông qua hoạt động, HS nêu được cách điều chỉnh bản thân để thích ứng với sự thay đổi.

b) Nội dung:

- HS trình bày về cách điều chỉnh bản thân để thích ứng được với sự thay đổi.
- HS xác định quan điểm sống của cá nhân sẽ ảnh hưởng, chi phối lối sống, cách hành động, ứng xử của cá nhân.

c) Sản phẩm học tập: Trình bày của HS về cách điều chỉnh bản thân để thích ứng được với sự thay đổi.

d) Tổ chức hoạt động:

HOẠT ĐỘNG CỦA GIÁO VIÊN - HỌC SINH	DỰ KIẾN SẢN PHẨM
Bước 1: GV chuyển giao nhiệm vụ học tập - GV chia HS thành các nhóm, yêu cầu HS thảo luận và trả lời câu hỏi: + <i>Những thay đổi trong cuộc sống mà mỗi người có thể phải đối mặt? Cho ví dụ.</i> + <i>Cách điều chỉnh bản thân để thích ứng với sự thay đổi?</i> - GV chia HS thành 2 nhóm Ủng hộ và Phản đối để tranh biện về 3 quan điểm sống nêu trên. Bước 2: HS thực hiện nhiệm vụ học tập - HS đọc SGK, thảo luận và trả lời câu hỏi. - GV hướng dẫn, theo dõi, hỗ trợ HS nếu cần thiết. Bước 3: Báo cáo kết quả hoạt động và thảo luận - GV mời đại diện HS, các nhóm trả lời. - GV mời HS khác nhận xét, bổ sung. Bước 4: Đánh giá kết quả, thực hiện nhiệm vụ học tập GV đánh giá, nhận xét, chuẩn kiến thức, chuyển sang nội dung mới.	3. Tìm hiểu cách điều chỉnh bản thân để thích ứng với sự thay đổi GV tổng kết các ý kiến và kết luận: + Trong cuộc sống, có nhiều sự thay đổi mà con người có thể phải đối mặt như: Thay đổi về điều kiện sống, môi trường sống, môi trường học tập, làm việc; thay đổi về đời sống gia đình, các mối quan hệ gia đình thay đổi về các mối quan hệ xã hội... + Để thích ứng được với những thay đổi trong cuộc sống con người cần có các yêu cầu như: Các phẩm chất: tự tin, tự lập, nghị lực, vượt khó, có trách nhiệm, ...; các năng lực viết kĩ năng sống; kiên định, ra quyết định và giải quyết vấn đề, đặt mục tiêu lập kế hoạch, kiểm soát cảm xúc, suy nghĩ tích cực, giao tiếp hiệu quả, tìm kiếm sự giúp đỡ, tư duy phản biện và sáng tạo, tìm kiếm và xử lí thông tin,...; tính cách cởi mở, hoà đồng. + Cách điều chỉnh bản thân để thích ứng với sự thay đổi: Xác định những điểm bản thân cần điều chỉnh để thích ứng được với sự thay đổi bằng cách so sánh, đối chiếu đặc điểm của bản thân với những yêu cầu trên; lập kế hoạch để điều chỉnh những điểm đó; kiên trì rèn luyện theo kế hoạch đã lập.

RÈN LUYỆN

4. Hoạt động 4: Thiết kế và trình bày sản phẩm giới thiệu đặc điểm riêng của bản thân

a) Mục tiêu: HS thiết kế và tự tin trình bày được một sản phẩm giới thiệu đặc điểm riêng của bản thân với các bạn.

b) Nội dung:

- HS lập kế hoạch để phát huy điểm mạnh, hạn chế điểm yếu về tính cách của bản thân.
- HS rèn luyện tính cách theo kế hoạch đã xây dựng.
- HS chia sẻ kết quả và những khó khăn, thách thức trong quá trình thực hiện.

c) Sản phẩm học tập: Sản phẩm giới thiệu đặc điểm riêng của HS.

d) Tổ chức thực hiện:

- GV giao nhiệm vụ cho HS: **Thiết kế và trình bày sản phẩm giới thiệu đặc điểm riêng của bản thân**

- GV hướng dẫn HS: GV nêu yêu cầu thiết kế sản phẩm đặc điểm riêng của bản thân và gợi ý HS một số hình thức sản phẩm, ví dụ: tranh biếm họa, thơ, bài hát, đọc rap, tấu hài, video.....

- HS làm việc cá nhân.

- HS giới thiệu sản phẩm trong nhóm, trước lớp.

- Bình chọn sản phẩm ấn tượng nhất.

5. Hoạt động 5. Xây dựng kế hoạch điều chỉnh bản thân

a) Mục tiêu: Xây dựng kế hoạch điều chỉnh bản thân.

b) Nội dung:

- HS đề xuất cách điều chỉnh, ứng xử thể hiện tư duy tích cực trong tình huống cụ thể trong cuộc sống.

- HS điều chỉnh lại tư duy, suy nghĩ của bản thân.

c) Sản phẩm học tập: Bản kế hoạch điều chỉnh bản thân của HS.

d) Tổ chức thực hiện:

- GV yêu cầu HS lập kế hoạch điều chỉnh bản thân để thích ứng với sự thay đổi theo mẫu gợi ý trong SGK. GV có thể đưa thêm 1 - 2 ví dụ minh họa để HS hiểu rõ hơn về cách thực hiện.

- HS lập kế hoạch và chia sẻ trong nhóm.

Những điều bản thân cần điều chỉnh	Biện pháp thực hiện	Thời gian thực hiện	Người hỗ trợ
.....			
.....			

- GV mời một vài HS chia sẻ kế hoạch điều chỉnh bản thân trước lớp.

- Cả lớp nhận xét, rút kinh nghiệm chung

- GV nhận xét chung.

6. Hoạt động 6. Xây dựng kế hoạch phát triển sở trường liên quan đến định hướng nghề nghiệp của bản thân trong tương lai

a) Mục tiêu: HS lập được kế hoạch để phát triển các sở trường của bản thân liên quan đến định hướng nghề nghiệp trong tương lai.

b) Nội dung:

- HS lập kế hoạch để phát triển các sở trường của bản thân liên quan đến định hướng nghề nghiệp trong tương lai.
- HS rèn luyện tính cách theo kế hoạch đã xây dựng.
- HS chia sẻ kết quả và những khó khăn, thách thức trong quá trình thực hiện.

c) Sản phẩm học tập: Bản kế hoạch phát triển sở trường của HS.

d) Tổ chức thực hiện:

- GV giao nhiệm vụ cho HS lập kế hoạch phát triển sở trường theo định hướng nghề nghiệp và hướng dẫn HS các bước để thực hiện nhiệm vụ. Đồng thời đưa ra ví dụ cụ thể để minh họa, chẳng hạn như:
 - + Cách phát triển sở trường giao tiếp tiếng Anh: Tham gia câu lạc bộ tiếng Anh của trường; tăng cường xem các chương trình tivi, phim, video bằng tiếng Anh; mạnh dạn giao tiếp với khách du lịch nước ngoài bằng tiếng Anh khi có điều kiện...
 - + Cách phát triển sở trường đá bóng: Tham gia Câu lạc bộ bóng đá của trường, tham gia lập và thi đấu bóng đá giao hữu với các bạn vào những dịp cuối tuần; xem các trận bóng đá chuyên nghiệp để học hỏi....
- HS làm việc cá nhân để thực hiện nhiệm vụ. HS chia sẻ kế hoạch trong nhóm.
- GV mời một vài HS trình bày kế hoạch của mình trước lớp. Thảo luận rút kinh nghiệm chung.
- GV nhận xét chung về kế hoạch phát triển sở trường của HS.

VẬN DỤNG

7. Hoạt động 7: Thể hiện sự tự tin về những đặc điểm riêng của bản thân trong thực tiễn cuộc sống

a) Mục tiêu: HS thể hiện sự tự tin về những đặc điểm riêng của bản thân trong thực tiễn cuộc sống.

b) Nội dung:

- HS rèn luyện theo kế hoạch đã xây dựng để thay đổi, khắc phục những nét tính cách còn hạn chế của bản thân.
- HS rèn luyện cách suy nghĩ (tư duy) của bản thân theo hướng tích cực trong cuộc sống hằng ngày.
- HS rèn luyện hằng ngày và nhờ bạn bè, người thân hỗ trợ khi gặp khó khăn.
- HS chia sẻ kết quả em đã đạt được, những khó khăn em đã gặp phải trong quá trình em rèn luyện và những biện pháp em đã làm để vượt qua khó khăn.

c) Sản phẩm học tập: Báo cáo kết quả thực hiện của HS.

d) Tổ chức thực hiện:

- GV giao nhiệm vụ cho HS thể hiện sự tự tin về những đặc điểm riêng của bản thân trong cuộc sống hằng ngày.

- GV hướng dẫn HS cách ghi lại kết quả, cảm xúc của bản thân và khó khăn khi thực hiện, nếu có.
- HS thực hiện và ghi lại kết quả thực hiện trong thực tiễn cuộc sống; chuẩn bị báo cáo kết quả ban đầu vào tiết sinh hoạt lớp.

8. Hoạt động 8: Thực hiện kế hoạch điều chỉnh bản thân để thích ứng với sự thay đổi và kế hoạch phát triển sở trường hướng tới nghề nghiệp tương lai

a) Mục tiêu: HS thực hiện kế hoạch điều chỉnh bản thân để thích ứng với sự thay đổi và kế hoạch phát triển sở trường hướng tới nghề nghiệp tương lai.

b) Nội dung: HS sử dụng kiến thức đã học, liên hệ bản thân, GV hướng dẫn (nếu cần thiết) cách thực hiện trình bày và chia sẻ về quan điểm sống .

c) Sản phẩm học tập: Kết quả đạt được của HS sau mỗi khoảng thời gian.

d) Tổ chức thực hiện:

- GV giao nhiệm vụ cho HS thực hiện trong thực tiễn hai bản kế hoạch đã xây dựng kế hoạch điều chỉnh bản thân để thích ứng với sự thay đổi và kế hoạch phát triển sở trường liên quan đến định hướng nghề nghiệp của bản thân trong tương lai.
- GV hướng dẫn HS cách ghi lại kết quả, cảm xúc của bản thân và khó khăn khi thực hiện, nếu có.
- HS thực hiện kế hoạch và ghi lại kết quả thực hiện trong thực tiễn cuộc sống; chuẩn bị báo cáo kết quả ban đầu vào tiết sinh hoạt lớp.

TỔNG KẾT

- Tổ chức cho HS chơi trò chơi “Phóng viên” để phỏng vấn những kinh nghiệm mới mà các em đã thu hoạch được qua trải nghiệm các hoạt động trong chủ đề về đặc điểm riêng, điểm mạnh, điểm yếu, hứng thú, sở trường... của mỗi bạn, cũng như cách điều chỉnh bản thân để thích ứng với sự thay đổi và những việc sẽ làm để phát triển sở trường liên quan đến định hướng nghề nghiệp của bản thân.
- GV nhận xét, kết luận: Nhận thức rõ về các đặc điểm riêng, điểm mạnh, điểm yếu hứng thú, sở trường của bản thân là rất quan trọng giúp các em phát huy điểm mạnh, khắc phục điểm yếu để phát triển bản thân; giúp các em biết điều chỉnh bản thân để thích ứng với những thay đổi trong cuộc sống và giúp các em phát triển sở trường liên quan đến định hướng nghề nghiệp của mình.

Kế hoạch đánh giá

Hình thức đánh giá	Phương pháp đánh giá	Công cụ đánh giá	Ghi chú
Đánh giá thường xuyên (GV đánh giá HS, HS đánh giá HS)	- Vấn đáp. - Kiểm tra viết, kiểm tra thực hành.	- Các loại câu hỏi vấn đáp, bài tập.	

