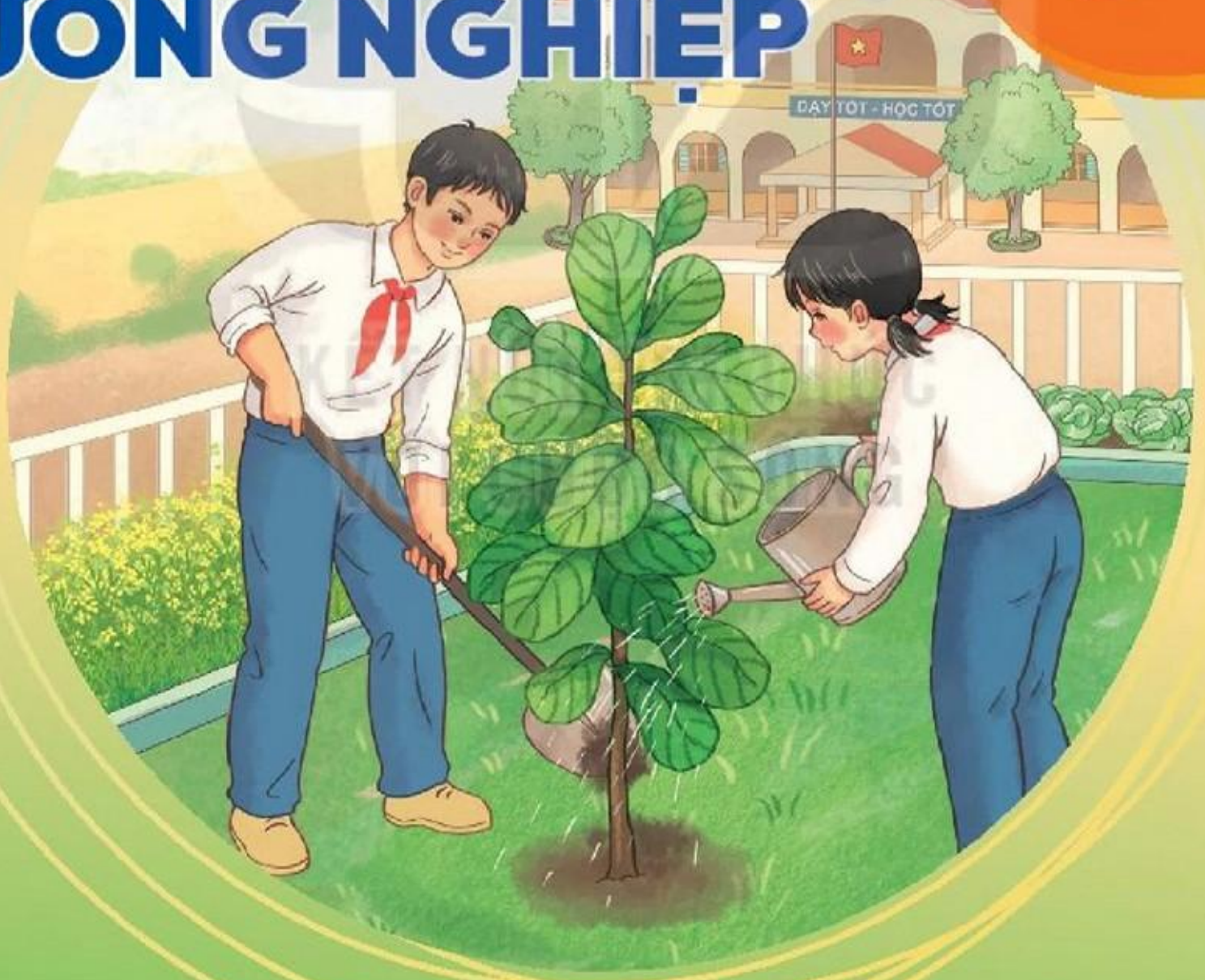
KẾT NỐI TRI THỨC VỚI CUỘC SỐNG

TRẦN THỊ THU (Chủ biên)
NGUYỄN THANH BÌNH – DƯƠNG THỊ THU HÀ
NGUYỄN THU HƯƠNG – NGUYỄN THỊ VIỆT NGA
LÊ THỊ THANH THUỶ – LƯU THU THỦY

Bài tập

HOẠT ĐỘNG TRẢI NGHIỆM, HƯỚNG NGHIỆP 7



NHÀ XUẤT BẢN GIÁO DỤC VIỆT NAM

TRẦN THỊ THU (Chủ biên)
NGUYỄN THANH BÌNH – DƯƠNG THỊ THU HÀ
NGUYỄN THU HƯƠNG – NGUYỄN THỊ VIỆT NGA
LÊ THỊ THANH THUỶ – LƯU THU THUỶ

Bài tập

HOẠT ĐỘNG TRẢI NGHIỆM, HƯỚNG NGHIỆP

7

KẾT NỐI TRI THỨC
VỚI CUỘC SỐNG

NHÀ XUẤT BẢN GIÁO DỤC VIỆT NAM

MỤC LỤC

Trang

CHỦ ĐỀ 1. EM VỚI NHÀ TRƯỜNG

1. Phát triển mối quan hệ hoà đồng, hợp tác với thầy cô và các bạn 4
2. Tự hào truyền thống trường em 7

CHỦ ĐỀ 2. KHÁM PHÁ BẢN THÂN

1. Điểm mạnh, điểm hạn chế của tôi 10
2. Kiểm soát cảm xúc của bản thân 12

CHỦ ĐỀ 3. TRÁCH NHIỆM VỚI BẢN THÂN

1. Vượt qua khó khăn 15
2. Tự bảo vệ trong tình huống nguy hiểm 18

CHỦ ĐỀ 4. RÈN LUYỆN BẢN THÂN

1. Rèn luyện thói quen ngăn nắp, gọn gàng, sạch sẽ 22
2. Rèn luyện tính kiên trì, chăm chỉ 24
3. Quản lí chi tiêu 27

CHỦ ĐỀ 5. EM VỚI GIA ĐÌNH

1. Kĩ năng chăm sóc người thân khi bị mệt, ốm 30
2. Kế hoạch lao động tại gia đình 32
3. Lắng nghe tích cực ý kiến người thân trong gia đình 34

CHỦ ĐỀ 6. EM VỚI CỘNG ĐỒNG

1. Giao tiếp, ứng xử có văn hoá và tôn trọng sự khác biệt 36
2. Tham gia hoạt động thiện nguyện 39
3. Tự hào truyền thống quê hương 42

CHỦ ĐỀ 7. EM VỚI THIÊN NHIÊN VÀ MÔI TRƯỜNG

1. Cảnh quan thiên nhiên quê hương tôi 45
2. Bảo vệ môi trường, giảm thiểu hiệu ứng nhà kính 47

CHỦ ĐỀ 8. KHÁM PHÁ THẾ GIỚI NGHỀ NGHIỆP

Tìm hiểu một số nghề hiện có ở địa phương 51

CHỦ ĐỀ 9. HIỂU BẢN THÂN – CHỌN ĐÚNG NGHỀ

Phẩm chất, năng lực của bản thân với yêu cầu của nghề ở địa phương 58

GỢI Ý THỰC HIỆN MỘT SỐ NHIỆM VỤ 65

LỜI NÓI ĐẦU

Các em học sinh yêu quý!

Bài tập Hoạt động trải nghiệm, hướng nghiệp 7 được thiết kế theo trình tự các chủ đề trong sách giáo khoa *Hoạt động trải nghiệm, hướng nghiệp 7* với nhiều dạng nhiệm vụ khác nhau như: trắc nghiệm khách quan, tự luận, xử lí tình huống, lập kế hoạch và thực hiện kế hoạch hoạt động, đánh giá kết quả thực hiện hoạt động,... Nội dung các nhiệm vụ gần gũi với thực tiễn cuộc sống và bám sát yêu cầu cần đạt của các chủ đề. Hoàn thành các nhiệm vụ trong sách sẽ giúp các em:

– Có cơ hội thể hiện những hiểu biết, kinh nghiệm đã lĩnh hội được qua các môn học, hoạt động thực tiễn liên quan đến nội dung của chủ đề.

– Vận dụng, củng cố, mở rộng, kiểm nghiệm những kiến thức, kĩ năng, kinh nghiệm mới đã lĩnh hội được qua các hoạt động trải nghiệm trên lớp cũng như ở gia đình, cộng đồng và xã hội. Trên cơ sở đó, rèn luyện một số kĩ năng cần thiết và phù hợp với khả năng của học sinh lớp 7 như: kĩ năng tư duy, kĩ năng lập và thực hiện kế hoạch, kĩ năng giải quyết vấn đề, kĩ năng điều chỉnh và rèn luyện hành vi, kĩ năng tự bảo vệ, kĩ năng tự đánh giá, kĩ năng định hướng nghề nghiệp và hình thành những thói quen tích cực.

– Lưu lại những kiến thức, kĩ năng các em đã học và rèn luyện được qua mỗi chủ đề dưới dạng các nhiệm vụ, nhờ đó các em có cơ sở để tự đánh giá và đánh giá quá trình hoạt động trải nghiệm của bản thân.

Hi vọng rằng, cuốn *Bài tập Hoạt động trải nghiệm, hướng nghiệp 7* sẽ trở thành người bạn đồng hành thân thiết mang đến cho các em nhiều trải nghiệm lí thú và bổ ích.

Các tác giả

Chủ đề 1

EM VỚI NHÀ TRƯỜNG

1 PHÁT TRIỂN MỐI QUAN HỆ HOÀ ĐỒNG, HỢP TÁC VỚI THẦY CÔ VÀ CÁC BẠN

1 Làm thế nào để phát triển được mối quan hệ hoà đồng với thầy cô và các bạn?

(Đánh dấu X vào ☐ tương ứng với những phương án em chọn)

a) Luôn tôn trọng, lắng nghe để thấu hiểu ý kiến của thầy cô và các bạn ☐

b) Khi gặp khó khăn nên trò chuyện, tâm sự, chia sẻ, hỏi ý kiến thầy cô ☐

c) Phát ngôn tích cực ☐

d) Không nên giao tiếp với nhiều bạn ☐

đ) Thân thiện, cởi mở với thầy cô, các bạn ☐

e) Cùng học, cùng tham gia hoạt động với các bạn ☐

g) Giữ khoảng cách với thầy cô ☐

h) Nhường nhịn, giúp đỡ nhau cùng tiến bộ ☐

i) Khiêm tốn học hỏi thầy cô, các bạn ☐

k) Tôn trọng sự khác biệt. ☐

Viết ra một điều em hài lòng và một điều em chưa hài lòng về mối quan hệ với thầy cô, các bạn. Giải thích lí do.

.....

.....

.....

.....

2 Hãy viết về một hoạt động mà em đã hợp tác với thầy cô, các bạn để thực hiện nhiệm vụ chung và giải quyết các vấn đề nảy sinh khi thực hiện nhiệm vụ.

– Tên hoạt động: .....

KẾT NỐI TRI THỨC VỚI CUỘC SỐNG

– Nhiệm vụ và cách em đã hợp tác với thầy cô và các bạn để thực hiện:

.....

.....

– Vấn đề nảy sinh: .....

.....

– Cách giải quyết vấn đề nảy sinh và kết quả đạt được: .....

.....

.....

– Bài học rút ra: .....

.....

3 Nêu cách hợp tác để giải quyết những vấn đề nảy sinh khi thực hiện nhiệm vụ chung vào bảng dưới đây:

VỚI THẦY CÔ	VỚI CÁC BẠN
.....	.....
.....	.....
.....	.....
.....	.....
.....	.....
.....	.....
.....	.....
.....	.....

KẾT NỐI TRI THỨC VỚI CUỘC SỐNG

4 Em hãy đề xuất cách phát triển mối quan hệ hoà đồng, hợp tác với thầy cô và các bạn trong mỗi tình huống dưới đây:

Tình huống 1. Bố Hoàng là lao động chính trong nhà, nhưng không may trên đường đi làm đã bị tai nạn giao thông nghiêm trọng nên mấy hôm nay Hoàng không đến lớp học.

.....

.....

.....

.....

Tình huống 2. Trong các giờ học, Quang sợ nhất là giờ Toán vì không hiểu bài và nhiều khi không thể tự giải được các bài tập. Kết quả học tập môn Toán của Quang chỉ đạt ở mức trung bình kém. Quang luôn mất tự tin và thiếu hoà đồng với thầy giáo dạy Toán và các bạn.

.....

.....

.....

.....

.....

Tình huống 3. Nguyệt rất chăm chỉ học hành và có thành tích học tập tốt, nhưng vì bị khuyết tật từ nhỏ nên Nguyệt luôn tỏ ra nhút nhát, thiếu tự tin, ít khi chơi và giao tiếp cùng các bạn trong lớp.

.....

.....

.....

.....

.....

Tình huống 4. Từ nhỏ, Kim sống cùng ông bà ở một tỉnh miền núi. Năm học này, Kim về thành phố sống cùng bố mẹ và học lớp 7 ở một trường THCS trong thành phố. Mọi thứ đối với Kim đều xa lạ, ngay cả cách dạy và cách học của các thầy cô, bạn mới cũng không giống với nơi Kim đã học trước đây.

.....

.....

.....

.....

.....

KẾT NỐI TRI THỨC
VỚI CUỘC SỐNG

5 Hãy ghi lại những việc em đã thực hiện được và kết quả thực hiện các tiêu chí "Lớp học hạnh phúc" do em và các bạn đã xây dựng.

.....

.....

.....

.....

Cảm nhận của em về "Lớp học hạnh phúc": .....

.....

.....

.....

2 TỰ HÀO TRUYỀN THỐNG TRƯỜNG EM

1 Trình bày những nét nổi bật, tự hào của trường em và cách giữ gìn, phát huy truyền thống nhà trường.

– Nét nổi bật, tự hào của trường em (thành tích dạy – học; thành tích về hoạt động thể dục thể thao, văn nghệ, hoạt động thiện nguyện, hoạt động của Đội Thiếu niên Tiền phong Hồ Chí Minh).

.....

.....

.....

.....

.....

– Em sẽ làm gì để góp phần giữ gìn và phát huy truyền thống nhà trường?

.....

.....

.....

.....

.....

KẾT NỐI TRI THỨC VỚI CUỘC SỐNG

2 Hãy mô tả sản phẩm giới thiệu về truyền thống nhà trường mà em và các bạn đã thiết kế.

– Nội dung giới thiệu: .....

.....

.....

.....

.....

– Hình thức thể hiện: .....

.....

– Cảm nhận của em và những điều em học hỏi được về truyền thống trường mình: .....

.....

.....

3 Ghi lại nội dung kế hoạch rèn luyện bản thân trong học tập, lao động và các hoạt động khác của em để góp phần phát huy truyền thống nhà trường.

– Kế hoạch học tập: .....

.....

.....

.....

.....

– Kế hoạch lao động: .....

.....

.....

.....

.....

.....

KẾT NỐI TRI THỨC VỚI CUỘC SỐNG

– Kế hoạch tham gia các hoạt động khác: .....

.....

.....

.....

.....

.....

4 Ghi lại kết quả rèn luyện bản thân theo kế hoạch đã lập để chia sẻ với thầy cô và các bạn.

.....

.....

.....

.....

.....

ĐÁNH GIÁ CHỦ ĐỀ 1

(Đánh dấu X vào cột Đạt hoặc Chưa đạt tương ứng với mức độ em đạt được)

Yêu cầu cần đạt	Mức độ em đạt được	
	Đạt	Chưa đạt
Nêu được ít nhất 3 cách để phát triển mối quan hệ hoà đồng với thầy cô, các bạn và hài lòng về mối quan hệ này.		
Nêu được ít nhất 2 cách để hợp tác và giải quyết những vấn đề nảy sinh với thầy cô và các bạn trong việc thực hiện những nhiệm vụ chung.		
Giới thiệu được ít nhất 3 nét nổi bật, tự hào về nhà trường và hoạt động của Đội Thiếu niên Tiền phong Hồ Chí Minh.		

Chủ đề 2

KHÁM PHÁ BẢN THÂN

1 ĐIỂM MẠNH, ĐIỂM HẠN CHẾ CỦA TÔI

1 Hãy xác định điểm mạnh và hạn chế của bản thân trong học tập, cuộc sống và ghi vào bảng sau:

	Điểm mạnh	Điểm hạn chế
1. Trong học tập		
2. Trong cuộc sống		

2 Ghi lại những nhận xét của các bạn về điểm mạnh, điểm hạn chế của em.

1. Nhận xét của các bạn:

Điểm mạnh: .....

.....

Điểm hạn chế: .....

.....

2. Những nhận xét của các bạn trùng với tự nhận xét của em:

.....

.....

KẾT NỐI TRI THỨC VỚI CUỘC SỐNG

3. Những nhận xét của bạn khác với tự nhận xét của em

.....

.....

3 Em hãy xây dựng kế hoạch cụ thể khắc phục những điểm hạn chế để tự hoàn thiện bản thân và ghi vào bảng dưới đây:

Điểm hạn chế của bản thân	Biện pháp khắc phục	Thời gian thực hiện	Người có thể hỗ trợ	Kết quả cần đạt
1.				
2.				
3.				
4.				

4 Ghi lại kết quả rèn luyện tự hoàn thiện bản thân của em để chia sẻ với thầy cô và các bạn.

Điểm hạn chế của bản thân	Biện pháp khắc phục đã thực hiện	Kết quả đạt được	Khó khăn trong quá trình rèn luyện
1.			
2.			
3.			
4.			

2 KIỂM SOÁT CẢM XÚC CỦA BẢN THÂN

1 Hãy chỉ ra những biểu hiện của kĩ năng kiểm soát cảm xúc.

(Đánh dấu X vào ☐ tương ứng với phương án em lựa chọn)

a) Nhận ra cảm xúc của bản thân tại một thời điểm ☐

b) Biết điều chỉnh cảm xúc của bản thân ☐

c) Biết thể hiện cảm xúc phù hợp với tình huống, hoàn cảnh ☐

d) Biết che giấu, không thể hiện cảm xúc thật của bản thân ra ngoài ☐

2 Theo em, kĩ năng kiểm soát cảm xúc quan trọng, cần thiết như thế nào đối với mỗi người?

(Đánh dấu X vào ☐ tương ứng với những ý mà em tán thành)

Kĩ năng kiểm soát cảm xúc giúp con người:

a) Sống cân bằng, bảo vệ được sức khoẻ ☐

b) Luôn chỉ có cảm xúc tích cực ☐

c) Có cách giải quyết, ứng xử phù hợp, không làm tổn thương chính mình và người khác ☐

d) Không để cảm xúc tiêu cực làm ảnh hưởng đến công việc, học tập và các mối quan hệ ☐

3 Hãy nêu những cách giải toả em thường sử dụng khi có cảm xúc tiêu cực trong thực tiễn.

(Đánh dấu X vào ☐ tương ứng với những ý mà em tán thành)

a) Tâm sự với bạn bè ☐

b) Tâm sự với thầy, cô giáo; người thân trong gia đình hoặc người em tin cậy ☐

c) Bỏ đi chỗ khác ☐

d) Đi dạo ☐

đ) Chơi môn thể thao yêu thích ☐

e) Nghe nhạc ☐

KẾT NỐI TRI THỨC VỚI CUỘC SỐNG

g) Nhảy một điệu nhảy trẻ trung, vui nhộn ☐

h) Hít thở sâu ☐

i) Ngồi thiền ☐

k) Tập Yoga ☐

Cách khác: .....

4 Hãy đưa ra lời khuyên về cách ứng xử để thể hiện kĩ năng kiểm soát cảm xúc cho mỗi nhân vật trong các tình huống dưới đây:

Tình huống 1. Tân đang cùng cha mẹ dự lễ viếng một người họ hàng xa thì nhận được tin nhắn của thầy chủ nhiệm báo mình đã đạt giải cao trong kì thi học sinh giỏi tiếng Anh của thành phố.

.....

.....

.....

.....

Tình huống 2. Giờ ra chơi, Thành đang mải đứng xem mấy bạn đá cầu thì bất ngờ bị hai em học sinh lớp 6 đang chơi đuổi nhau va mạnh vào từ phía sau khiến Thành loạng choạng suýt ngã và đổ cả cốc nước đang cầm trên tay.

.....

.....

.....

.....

Tình huống 3. Bích đang vui vẻ dự sinh nhật ở nhà bạn thì bị một bạn khác cũng là khách đến dự sinh nhật nói những lời bình luận, chê bai khiếm nhã về trang phục của mình.

.....

.....

.....

.....

KẾT NỐI TRI THỨC VỚI CUỘC SỐNG

Tình huống 4. Trong giờ học, Kha cùng các bạn đang chăm chú nghe cô giáo giảng bài thì bị bạn Hải ngồi bàn dưới trêu và chọc bút bi vào lưng áo.

.....

.....

.....

.....

5 Hãy ghi lại kết quả rèn luyện kĩ năng kiểm soát cảm xúc của em trong cuộc sống hằng ngày và những khó khăn, vướng mắc em đã gặp phải khi rèn luyện kĩ năng này để chia sẻ với thầy cô, các bạn.

.....

.....

.....

.....

ĐÁNH GIÁ CHỦ ĐỀ 2

(Đánh dấu X vào cột Đạt hoặc Chưa đạt tương ứng với mức độ em đạt được)

Yêu cầu cần đạt	Mức độ em đạt được	
	Đạt	Chưa đạt
Xác định được ít nhất 3 điểm mạnh của bản thân trong học tập và cuộc sống.		
Xác định được ít nhất 3 điểm hạn chế của bản thân trong học tập và cuộc sống.		
Lập được kế hoạch tự hoàn thiện bản thân.		
Nêu được những cách kiểm soát cảm xúc tiêu cực.		
Nhận ra được khả năng kiểm soát cảm xúc của bản thân.		

Chủ đề 3

TRÁCH NHIỆM VỚI BẢN THÂN

1 VƯỢT QUA KHÓ KHĂN

1 Kể về một tấm gương vượt khó mà em biết bằng cách điền các thông tin phù hợp vào chỗ trống dưới đây:

– Tên nhân vật: .....

– Địa chỉ: .....

– Khó khăn mà nhân vật này gặp phải: .....

.....

.....

– Nguyên nhân khiến nhân vật này gặp khó khăn: .....

.....

.....

– Các hành động nhân vật này đã thực hiện để vượt qua khó khăn: .....

.....

.....

.....

– Kết quả, thành công nhân vật này đạt được khi vượt qua khó khăn: .....

.....

.....

– Nếu gặp khó khăn này, em sẽ vượt qua bằng cách nào? .....

.....

.....

KẾT NỐI TRI THỨC VỚI CUỘC SỐNG

2 Khi gặp một bài tập khó, em sẽ làm thế nào?

(Đánh dấu X vào ☐ ở những phương án em chọn)

a) Tự suy nghĩ, cố gắng làm bằng được ☐

b) Nhờ bạn giảng giải để tự làm ☐

c) Chép luôn bài của bạn ☐

d) Nhờ người khác làm hộ ☐

đ) Hỏi thầy, cô giáo ☐

e) Bỏ qua, không làm ☐

3 Hãy đề xuất cách thức giải quyết khó khăn của bạn trong mỗi tình huống dưới đây:

Tình huống 1. Bạn Hoa bị ốm, phải nghỉ học nhiều ngày.

.....

.....

.....

.....

.....

Tình huống 2. Bạn Nam là một thành viên mới chuyển đến học lớp em. Nam rất muốn cùng các bạn trong lớp nói chuyện và vui đùa, nhưng lại thấy ngượng ngùng vì chưa biết bắt đầu như thế nào.

.....

.....

.....

.....

Tình huống 3. Gần đây, bạn Hưng ở lớp em có biểu hiện chán nản, chểnh mảng việc học, thỉnh thoảng tỏ ra bất cần do bố mẹ Hưng vừa li hôn.

.....

.....

.....

.....

4 Hãy ghi lại nội dung kế hoạch vượt qua một khó khăn cụ thể của bản thân bằng cách điền thông tin vào chỗ trống dưới đây:

– Khó khăn bản thân cần vượt qua: .....

.....

– Biện pháp thực hiện: .....

.....

.....

.....

– Thời gian cần thiết để vượt qua: .....

– Người/ phương tiện hỗ trợ em vượt qua khó khăn (nếu cần): .....

.....

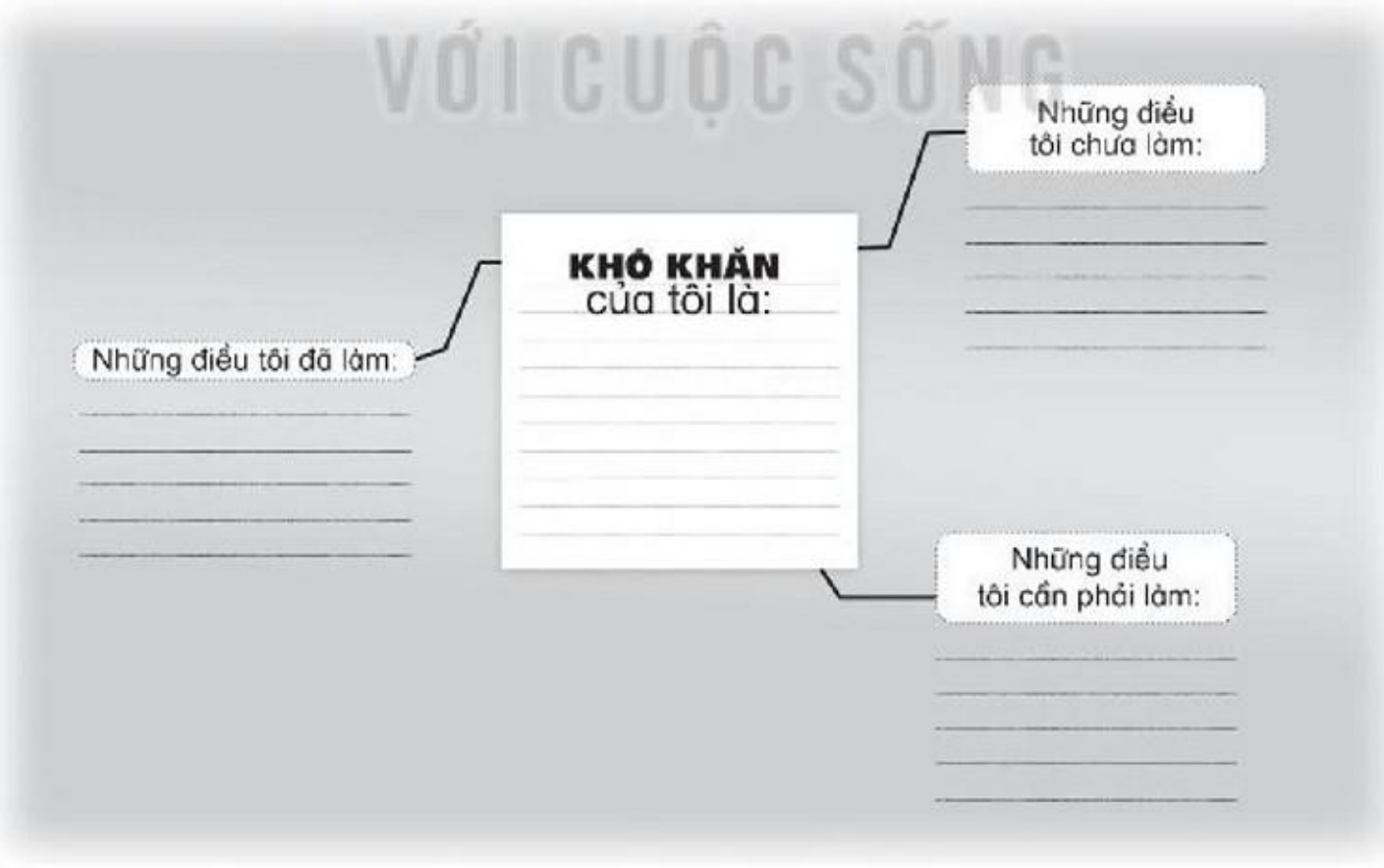
.....

– Kết quả dự kiến: .....

.....

.....

5 Hãy liệt kê những việc em đã làm, chưa làm và những việc cần làm để vượt qua một khó khăn của bản thân bằng cách điền nội dung phù hợp vào sơ đồ tư duy dưới đây:



KẾT NỐI TRI THỨC
VỚI CUỘC SỐNG

6 Ghi lại kết quả sưu tầm những tấm gương vượt qua khó khăn ở lớp/ trường/ địa phương và những bài học kinh nghiệm em rút ra được qua những tấm gương vượt khó đó.

.....

.....

.....

.....

.....

2 TỰ BẢO VỆ TRONG TÌNH HUỐNG NGUY HIỂM

1 Nhận diện tình huống nguy hiểm trong các hình dưới đây và viết ra cách thức phòng tránh nguy hiểm, tự bảo vệ trong mỗi tình huống:



Tình huống ở hình 1: .....

.....

.....

Tình huống ở hình 2: .....

.....

.....

Tình huống ở hình 3: .....

.....

.....

2 Hãy nêu cách thức tự bảo vệ trong tình huống nguy hiểm.

(Đánh dấu X vào ☐ tương ứng với phương án em lựa chọn – có thể chọn nhiều đáp án đúng)

1. Nên làm gì để phòng tránh bị xâm hại cơ thể?

a) Không đi nhờ xe người lạ ☐

b) Nhận tiền, quà hoặc sự giúp đỡ đặc biệt của người khác mà không rõ lí do ☐

c) Không đi một mình nơi tối tăm, vắng vẻ ☐

d) Không ở trong phòng kín một mình với người lạ ☐

2. Cần phải làm gì khi có kẻ muốn xâm hại mình?

a) Tránh ra xa để kẻ đó không đụng được đến người mình ☐

b) Nhìn thẳng vào kẻ định xâm hại mình và nói to hoặc hét lên một cách kiên quyết "Không được, dừng lại!", "Tôi không cho phép!", có thể kêu cứu nếu cần thiết ☐

c) Bỏ đi ngay ☐

d) Thực hiện những điều trên cho phù hợp với từng hoàn cảnh ☐

3. Trong trường hợp bị xâm hại, cần phải làm gì?

a) Kể ngay việc đó với người tin cậy để nhờ giúp đỡ. Nếu người đó tỏ ra chưa tin lời bạn nói, bạn sẽ nói lại để họ tin hoặc tìm người khác có thể giúp đỡ được mình ☐

b) Tố cáo với cơ quan, tổ chức có trách nhiệm (nếu sự việc là nghiêm trọng) ☐

c) Nếu cơ thể bị thương tổn về thể chất hoặc tinh thần thì đến ngay cơ sở y tế, các tổ chức dịch vụ, tư vấn về sức khoẻ để được tư vấn, khám và điều trị kịp thời ☐

d) Thực hiện những điều trên cho phù hợp với từng hoàn cảnh ☐

KẾT NỐI TRI THỨC VỚI CUỘC SỐNG

3 Chọn các từ trong khung để điền vào các chỗ trống (...) trong câu sau sao cho phù hợp:

a) lo lắng; b) khó khăn; c) chia sẻ; d) tâm sự; đ) giúp đỡ; e) tin cậy

Xung quanh chúng ta có nhiều người đáng ...(1)..., luôn sẵn sàng ...(2)... trong lúc ta gặp ....(3)... Chúng ta có thể ....(4),...(5)... để tìm kiếm sự giúp đỡ khi gặp những chuyện ....(6)...., sợ hãi, bối rối, khó chịu,...

4 Nêu cách xử lí để tự bảo vệ trong các tình huống nguy hiểm dưới đây:

Tình huống 1. Hôm nay là ngày cuối tuần nên An được bố mẹ cho phép sang nhà bạn học cùng lớp để chơi. Trên đường đi, bỗng nhiên con chó nhà bác hàng xóm từ trong sân chạy ra và lao về phía An.

.....

.....

.....

Tình huống 2. Trong giờ kiểm tra môn Toán, một bạn trong lớp muốn Ngọc cho chép bài làm nhưng Ngọc không đồng ý. Vì không đạt được mục đích, bạn kia đã đe doạ khi hết giờ sẽ dạy cho Ngọc một bài học.

.....

.....

.....

Tình huống 3. Gần đây trong khối 7 của trường nổi lên phong trào "đăng hình câu like, đủ like là làm" trên facebook, khi lượt like của người đăng hình đạt tới một số lượng nhất định thì người đăng hình sẽ thực hiện một việc làm mà mọi người yêu cầu. Bạn Loan lớp em cũng tham gia vào phong trào này. Nhưng khi lượt like trong hình đăng của Loan đạt đến số lượng theo quy định thì xuất hiện một số đối tượng yêu cầu thực hiện những việc làm không nghiêm túc. Khi Loan không thực hiện theo yêu cầu, bọn chúng đã lên mạng xã hội để nói xấu, xúc phạm và đe doạ Loan làm cho Loan rất hoang mang và sợ hãi.

.....

.....

.....

KẾT NỐI TRI THỨC VỚI CUỘC SỐNG

5 Ghi tóm tắt ý kiến của em để tham gia tranh biện về quan niệm "Mạng xã hội là nơi thích hợp để tìm ra những người bạn và chia sẻ các thông tin, khó có thể có nguy hiểm gì ở đây".

.....

.....

.....

.....

6 Mô tả sản phẩm "Tự bảo vệ trong các tình huống nguy hiểm" mà em và các bạn đã thiết kế.

.....

.....

.....

.....

ĐÁNH GIÁ CHỦ ĐỀ 3

(Đánh dấu X vào cột Đạt hoặc Chưa đạt tương ứng với mức độ em đạt được)

Yêu cầu cần đạt	Mức độ em đạt được	
	Đạt	Chưa đạt
Nêu được ít nhất 3 cách thức vượt qua khó khăn trong trường hợp cụ thể.		
Biết cách vượt qua khó khăn trong các tình huống cụ thể.		
Thực hiện được cách thức vượt qua ít nhất 1 khó khăn cụ thể.		
Xác định được ít nhất 3 tình huống nguy hiểm với bản thân.		
Xác định được ít nhất 3 biện pháp bảo vệ bản thân trong các tình huống nguy hiểm cụ thể.		
Thực hiện được ít nhất 3 biện pháp bảo vệ bản thân trong một số tình huống nguy hiểm.		

Chủ đề 4

RÈN LUYỆN BẢN THÂN

1 RÈN LUYỆN THÓI QUEN NGĂN NẮP, GỌN GÀNG, SẠCH SẼ

1 Hãy kể lại những việc em đã thực hiện để làm cho nơi ở của em ngăn nắp, gọn gàng, sạch sẽ và nêu những thuận lợi, khó khăn khi làm những việc đó.

1. Việc em đã làm:

.....

.....

.....

2. Những thuận lợi, khó khăn khi em sắp xếp nơi ở ngăn nắp, gọn gàng:

.....

.....

.....

3. Tác dụng của việc sắp xếp nhà cửa ngăn nắp, gọn gàng:

.....

.....

.....

2 Rèn luyện thói quen ngăn nắp, gọn gàng, sạch sẽ.

1. Hãy quan sát lớp học của em và đưa ra ý kiến theo các nội dung sau:

– Những điểm hợp lí trong sắp xếp lớp học: .....

.....

.....

KẾT NỐI TRI THỨC VỚI CUỘC SỐNG

– Những điểm chưa hợp lí, chưa khoa học trong cách sắp xếp lớp học: .....

.....

.....

– Đề xuất cách khắc phục những điểm chưa hợp lí: .....

.....

.....

2. Nêu những việc sắp xếp lớp học mà em và các bạn trong lớp đã thực hiện và cảm nhận của em sau khi hoàn thành công việc:

.....

.....

.....

.....

.....

3 Hãy quan sát phòng ngủ/ phòng khách hoặc khu vực tăng gia sản xuất của gia đình em và đưa ra ý kiến theo các nội dung sau:

1. Những điểm hợp lí trong cách sắp xếp:

.....

.....

2. Những điểm chưa hợp lí, chưa khoa học trong cách sắp xếp:

.....

.....

3. Đề xuất cách khắc phục:

.....

.....

KẾT NỐI TRI THỨC VỚI CUỘC SỐNG

4. Trao đổi, chia sẻ ý kiến với người nhà của em và ghi lại những ý kiến đó.

.....

.....

.....

.....

5. Thực hiện việc sắp xếp phòng ngủ/ phòng khách hoặc khu vực tăng gia sản xuất của gia đình em ngăn nắp, gọn gàng, sạch sẽ và ghi lại những việc đã làm, kết quả thực hiện để chia sẻ với thầy cô và các bạn.

.....

.....

.....

.....

2 RÈN LUYỆN TÍNH KIÊN TRÌ, CHĂM CHỈ

1 Em hãy làm các bài tập trắc nghiệm sau để tự đánh giá mức độ kiên trì, chăm chỉ trong học tập và công việc của bản thân:

(Khoanh tròn vào chữ cái đứng trước phương án em chọn)

1. Em có bao giờ nghỉ học không?

A. Thường xuyên
B. Thỉnh thoảng
C. Nghỉ khi ốm
D. Chưa bao giờ

2. Em có làm hết bài tập trước khi đến lớp không?

A. Không
B. Thỉnh thoảng
C. Đa số
D. Làm hết

3. Em sẽ lựa chọn cách xử lí nào khi gặp bài tập/ công việc khó?

A. Bỏ qua
B. Thử làm, không được thì thôi
C. Nhờ người giúp đỡ
D. Làm đến cùng

4. Em có thường xuyên làm việc nhà không?

A. Không

B. Thỉnh thoảng

C. Làm khi thích

D. Làm thường xuyên

5. Em có tự giác học bài/ làm các công việc gia đình không?

A. Không

B. Làm khi có người nhắc

C. Làm một phần

D. Tự giác làm

Tự đánh giá mức độ kiên trì, chăm chỉ của em sau khi thực hiện trắc nghiệm:

Mức 1: Chưa kiên trì, chăm chỉ (tất cả các câu trả lời là A).

Mức 2: Có một chút kiên trì, chăm chỉ (có từ 2–3 câu trả lời là B trở lên).

Mức 3: Có tính kiên trì, chăm chỉ nhưng cần rèn luyện thêm (có từ 3 câu trả lời là C trở lên).

Mức 4: Em là người kiên trì, chăm chỉ (tất cả các câu trả lời là D).

.....

.....

2 Hãy xác định những việc em cần làm để rèn luyện tính kiên trì, chăm chỉ trong học tập và trong công việc.

1. Những việc cần làm để rèn luyện tính kiên trì, chăm chỉ trong học tập:

.....

.....

.....

2. Những việc cần làm để rèn luyện tính kiên trì khi làm các công việc trong gia đình:

.....

.....

.....

KẾT NỐI TRI THỨC VỚI CUỘC SỐNG

3. Những việc cần làm để rèn luyện tính kiên trì, chăm chỉ khi rèn luyện sức khoẻ của bản thân:

.....

.....

3 Rèn luyện tính kiên trì, chăm chỉ.

1. Em hãy lựa chọn 1 – 2 nội dung cần thực hiện (trong học tập, công việc gia đình hoặc rèn luyện sức khoẻ) để rèn luyện tính kiên trì, chăm chỉ của bản thân và ghi lại nhật kí rèn luyện của em theo những gợi ý sau:

– Tên việc cần rèn luyện: .....

– Thời gian bắt đầu thực hiện: .....

– Thời gian dự kiến hoàn thành: .....

– Cách thực hiện: .....

.....

– Ghi chép của từng ngày:

+ Việc đã làm: .....

+ Mức độ hoàn thành: .....

+ Những khó khăn và cách khắc phục (nếu có): .....

.....

+ Cảm nhận của bản thân: .....

.....

2. Ghi lại những điều em sẽ chia sẻ với người thân và bạn bè về những thành quả và kinh nghiệm mình đã có được trong việc rèn luyện tính kiên trì, chăm chỉ.

.....

.....

KẾT NỐI TRI THỨC VỚI CUỘC SỐNG

3 QUẢN LÍ CHI TIÊU

1 Hãy kể về một tình huống mà em đã kiểm soát được chi tiêu hoặc không kiểm soát được chi tiêu trong cuộc sống. Nêu nguyên nhân và cách khắc phục trong tình huống đó.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

2 Viết ra những cách quản lí chi tiêu của bản thân mà em đã thực hiện.

– Cách em tiết kiệm tiền: .....

.....

.....

– Em đã sử dụng tiền tiết kiệm như thế nào? .....

.....

.....

– Cảm xúc của em khi sử dụng số tiền tiết kiệm được vào việc có ích: .....

.....

.....

3 Nhận xét và đưa ra lời khuyên bạn kiểm soát chi tiêu, tiết kiệm tiền trong những tình huống sau:

Tình huống 1. Hằng tháng, Hoa được bố mẹ cho một khoản tiền mua những thứ cần thiết cho việc học tập, sinh hoạt hằng ngày và phòng khi xe bị hỏng dọc đường. Vậy mà, thỉnh thoảng xem quảng cáo bán hàng online

KẾT NỐI TRI THỨC VỚI CUỘC SỐNG

trên mạng, thấy cái gì hay hay, vừa túi tiền, Hoa liền đặt mua ngay, mặc dù đã có những thứ đó.

.....

.....

.....

.....

Tình huống 2. Hôm nay mẹ bị mệt nên đưa tiền cho Phương đi chợ. Mặc dù mẹ đã dặn rất kĩ những thứ cần mua nhưng khi ra đến chợ, vừa nhìn thấy mấy thứ đồ yêu thích lại sẵn tiền mẹ đưa nên Phương mua luôn.

.....

.....

.....

.....

4 Hãy lập kế hoạch chi tiêu cho một sự kiện của gia đình em.

– Tên sự kiện: .....

– Địa điểm tổ chức: .....

– Các khoản cần chi tiêu cho sự kiện: .....

.....

.....

– Cách thức tổ chức sự kiện: .....

.....

.....

5 Ghi lại nhật kí chi tiêu, tiết kiệm tiền của em và chia sẻ với người thân, bạn bè:

1. Những khoản chi và mức độ hợp lí của những khoản chi đó:

.....

.....

KẾT NỐI TRI THỨC VỚI CUỘC SỐNG

2. Những khoản tiền em đã tiết kiệm được:

.....

.....

3. Cách tiết kiệm tiền:

.....

.....

.....

4. Cách rèn luyện thói quen chi tiêu hợp lí và tiết kiệm tiền:

.....

.....

.....

ĐÁNH GIÁ CHỦ ĐỀ 4

(Đánh dấu X vào cột Đạt hoặc Chưa đạt tương ứng với mức độ em đạt được)

Yêu cầu cần đạt	Mức độ em đạt được	
	Đạt	Chưa đạt
Thể hiện được ít nhất 3 thói quen ngăn nắp, gọn gàng, sạch sẽ ở gia đình.		
Thể hiện được ít nhất 3 thói quen ngăn nắp, gọn gàng, sạch sẽ ở trường.		
Rèn luyện được tính kiên trì, chăm chỉ trong công việc.		
Bước đầu biết kiểm soát các khoản chi tiêu và tiết kiệm tiền.		
Lập được kế hoạch chi tiêu cho một đến hai sự kiện trong gia đình phù hợp với lứa tuổi và hoàn cảnh.		

Chủ đề 5

EM VỚI GIA ĐÌNH

1 KĨ NĂNG CHĂM SÓC NGƯỜI THÂN KHI BỊ MỆT, ỐM

1 Em hãy nhớ và ghi lại những việc nên và không nên làm khi chăm sóc người thân bị mệt, ốm vào bảng dưới đây:

Việc nên làm khi chăm sóc người thân bị mệt, ốm	Việc không nên làm khi chăm sóc người thân bị mệt, ốm

KẾT NỐI TRI THỨC VỚI CUỘC SỐNG

2 Em sẽ làm gì và làm như thế nào trong các trường hợp sau:

a) Khi người thân bị sốt:

.....

.....

.....

b) Khi người thân bị đau bụng:

.....

.....

.....

c) Khi người thân bị đau đầu:

.....

.....

.....

d) Khi người thân bị đau, nhức chân:

.....

.....

.....

3 Hãy nêu cách chăm sóc người thân khi bị mệt, ốm trong các tình huống sau:

Tình huống 1. Ông của Liên thời gian gần đây đã không đi lại được, bà là người thường xuyên chăm sóc ông. Mấy hôm nay Liên thấy bà bị mệt. Ngày cuối tuần bố mẹ cũng bận đi làm nên không thể chăm sóc ông bà.

.....

.....

.....

Tình huống 2. Mẹ của Minh vừa đi khám và phát hiện bị ung thư đại tràng. Mẹ rất sốc và bi quan. Mọi người nói rằng người bị ung thư đại tràng có thể chữa được nhưng phải lạc quan.

.....

.....

.....

.....

4 Ghi lại những việc em đã làm và cảm nhận của người thân được em chăm sóc khi bị mệt, ốm.

– Việc em đã làm: .....

.....

.....

.....

– Cảm nhận của người thân được em chăm sóc khi bị mệt, ốm: .....

.....

.....

– Cảm nhận của em khi chăm sóc người thân bị mệt, ốm: .....

.....

.....

2 KẾ HOẠCH LAO ĐỘNG TẠI GIA ĐÌNH

1 Hãy điền nội dung thích hợp vào kế hoạch lao động tại gia đình của em.

KẾ HOẠCH LAO ĐỘNG TẠI GIA ĐÌNH

	Mục tiêu	Thời gian thực hiện	Điều kiện, phương tiện thực hiện	Kết quả mong đợi
1				
2				
3				
4				
5				

KẾT NỐI TRI THỨC VỚI CUỘC SỐNG

2 Khi thực hiện kế hoạch lao động tại gia đình, em gặp phải những khó khăn gì? Em đã làm thế nào để khắc phục những khó khăn đó?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

3 Hãy thể hiện trách nhiệm lao động tại gia đình của bạn trong những tình huống dưới đây:

Tình huống 1. Bố mẹ phân công cho Hải trồng rau trong vườn nhà, nhưng dạo này Hải bận học quá.

.....

.....

.....

.....

KẾT NỐI TRI THỨC
VỚI CUỘC SỐNG

Tình huống 2. Buổi sáng, mọi người trong gia đình Sơn đều rất bận vì phải đưa hàng cho các cơ sở bán lẻ và khách có nhu cầu. Trên đường đi học Sơn có thể kết hợp đưa hàng cho khách, nhưng chưa ai trong gia đình yêu cầu Sơn làm việc này.

.....

.....

.....

.....

3 LẮNG NGHE TÍCH CỰC Ý KIẾN NGƯỜI THÂN TRONG GIA ĐÌNH

1 Hãy viết lại những yêu cầu của việc lắng nghe tích cực khi tiếp nhận ý kiến đóng góp và chia sẻ của người thân trong gia đình.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

2 Hãy kể lại một tình huống em chưa lắng nghe tích cực người thân trong gia đình. Em sẽ thay đổi như thế nào nếu gặp lại tình huống tương tự như vậy?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

3 Em đã vận dụng những yêu cầu của lắng nghe tích cực khi tiếp nhận ý kiến góp ý và chia sẻ của người thân trong gia đình vào những tình huống cụ thể như thế nào?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

KẾT NỐI TRI THỨC VỚI CUỘC SỐNG

4 Hãy ghi lại cảm xúc của em và người thân khi em thể hiện kĩ năng lắng nghe tích cực ý kiến của người thân trong gia đình.

.....

.....

.....

.....

.....

ĐÁNH GIÁ CHỦ ĐỀ 5

(Đánh dấu X vào cột Đạt hoặc Chưa đạt tương ứng với mức độ em đạt được)

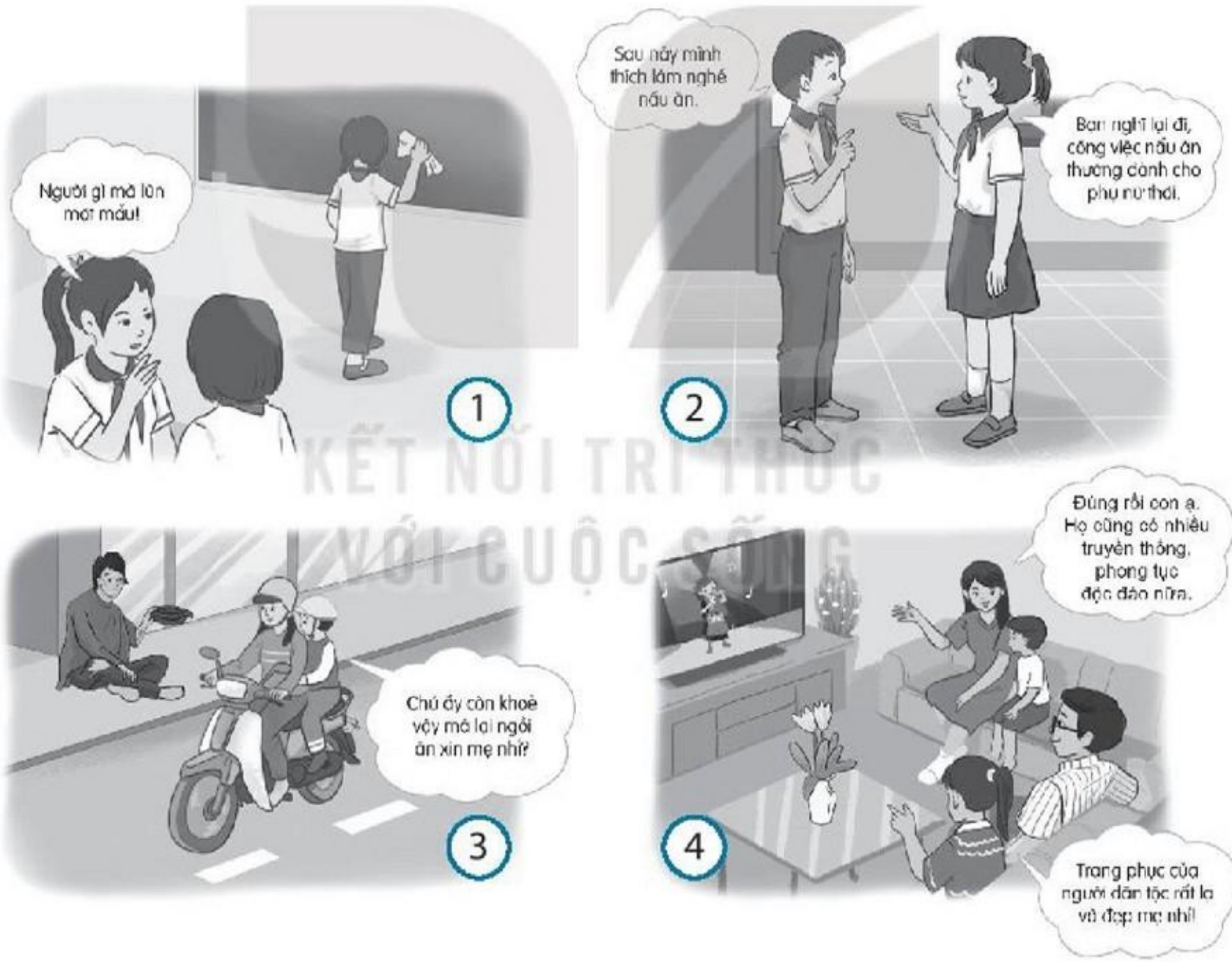
Yêu cầu cần đạt	Mức độ em đạt được	
	Đạt	Chưa đạt
Thể hiện được ít nhất 3 kĩ năng chăm sóc người thân bị mệt hoặc ốm.		
Thể hiện được ít nhất 5 kĩ năng lắng nghe tích cực khi tiếp nhận những ý kiến đóng góp của người thân.		
Lập được kế hoạch lao động tại gia đình của bản thân.		
Thực hiện được kế hoạch đã lập.		

Chủ đề 6

EM VỚI CỘNG ĐỒNG

1 GIAO TIẾP, ỨNG XỬ CÓ VĂN HOÁ VÀ TÔN TRỌNG SỰ KHÁC BIỆT

1 Ghi lại ý kiến của em về những hành vi giao tiếp, ứng xử trong các hình dưới đây:



KẾT NỐI TRI THỨC VỚI CUỘC SỐNG

Hình 1: .....

.....

.....

Hình 2: .....

.....

.....

Hình 3: .....

.....

.....

Hình 4: .....

.....

.....

2 Đánh dấu X vào cột Nên hoặc Không nên làm tương ứng với hành vi giao tiếp, ứng xử để có được hành vi giao tiếp, ứng xử có văn hoá.

Hành vi giao tiếp ứng xử	Nên	Không nên
a) Lễ phép, kính trọng khi chào hỏi khách đến trường, lớp.		
b) Nói lời xin lỗi khi làm phiền ai đó.		
c) Bao che cho khuyết điểm của người khác.		
d) Giữ gìn, bảo vệ tài sản chung.		
đ) Giữ gìn sự yên tĩnh ở nơi công cộng như thư viện, rạp chiếu phim.		
e) Đưa tin tức thiếu lành mạnh, hạ thấp người khác trên mạng xã hội.		
g) Nhổ cây, hoa ở công viên mang về nhà trồng.		
h) Sử dụng thứ gì đó từ người khác trong khi họ không muốn.		
i) Sử dụng ngôn ngữ đúng mực, thân thiện khi giao tiếp, kể cả với người lạ.		

KẾT NỐI TRI THỨC VỚI CUỘC SỐNG

3 Hãy hoàn thiện sơ đồ tư duy những điều em sẽ làm để thể hiện hành vi giao tiếp, ứng xử có văn hoá khi có mặt ở những địa điểm dưới đây:



4 Em hãy nêu cảm xúc và cách thể hiện hành vi giao tiếp, ứng xử của mình khi thấy:

a) Một người ngồi trên xe lăn với đôi chân teo tóp đang chuẩn bị sang đường.

.....

.....

.....

b) Một cụ già mặc bộ quần áo đã cũ, sờn rách đang lượm vỏ chai, đồ nhựa trên đường phố với dáng vẻ mệt nhọc.

.....

.....

.....

c) Một bạn gái nói với em rằng, bạn ấy muốn trở thành thợ sửa chữa ô tô.

.....

.....

.....

KẾT NỐI TRI THỨC VỚI CUỘC SỐNG

5 Viết một thông điệp mà em muốn đưa ra để kêu gọi bạn bè, mọi người xung quanh giao tiếp, ứng xử có văn hoá và tôn trọng sự khác biệt.

.....

.....

.....

.....

2 THAM GIA HOẠT ĐỘNG THIỆN NGUYỆN

1 Hãy lựa chọn biểu cảm các khuôn mặt ở hình vẽ bên dưới để mô tả cảm xúc của em khi cùng các bạn ở lớp tham gia các hoạt động thiện nguyện.

	 Vui	 Hào hứng	 Ngạc nhiên	 Buồn	 Thất vọng
Soạn những đồ dùng, đồ chơi, vật dụng để chuẩn bị làm từ thiện.					
Cùng các bạn phân loại đồ đạc.					
Đóng gói và viết ghi chú trên các loại đồ đạc.					
Vận động người thân, bạn bè tham gia vào các hoạt động thiện nguyện.					
Giải thích của em về sự lựa chọn biểu cảm khuôn mặt cho mỗi việc mà em đã làm:					

KẾT NỐI TRI THỨC VỚI CUỘC SỐNG

2 Viết ra những việc em dự định làm cho các hoạt động thiện nguyện mà em sẽ tham gia để những hoạt động này thành công, mang lại nhiều ý nghĩa.

.....

.....

.....

.....

.....

3 Xác định những việc em có thể làm khi tham gia vào các hoạt động thiện nguyện dưới đây ở địa phương em:

HOẠT ĐỘNG THIỆN NGUYỆN	Việc em có thể làm
Ủng hộ Tết vì người nghèo.	– ..... – ..... – .....
Hỗ trợ người khiếm thị, khiếm thính.	– ..... – ..... – .....
Quyên góp, trợ giúp cho các bạn gặp khó khăn ở vùng lũ, vùng cao.	– ..... – ..... – .....
Hoạt động đền ơn đáp nghĩa.	– ..... – ..... – .....

KẾT NỐI TRI THỨC VỚI CUỘC SỐNG

Giúp đỡ gia đình có công với cách mạng; thương binh, liệt sĩ.	– ..... – ..... – .....
Kêu gọi người thân, bạn bè tham gia hỗ trợ cho bệnh nhân mắc bệnh hiểm nghèo, có hoàn cảnh khó khăn.	– ..... – ..... – .....

4 Xác định những việc em có thể làm khi tham gia hoạt động thiện nguyện đối với trường hợp dưới đây:

Hai chị em Hằng và Dung sống cùng ông bà nội từ nhỏ bởi bố thì đã mất từ khi hai em còn bé, mẹ đi làm thuê ở vùng biên giới mấy năm nay chưa về. Cuộc sống của Hằng và Dung gặp rất nhiều khó khăn vì ông bà nội đã già và không có thu nhập nào ngoài mảnh vườn trồng rau. Đoàn thanh niên xã đã hỗ trợ hai chị em một chiếc xe đạp để đi học, tuy nhiên Hằng và Dung vẫn thường xuyên thiếu đồ dùng học tập như bút, sách, vở. Ở trường Dung còn gặp khó khăn vì nhiều khi không hiểu bài. Hai chị em luôn mất tự tin vì hoàn cảnh gia đình nên ít khi tham gia vào các hoạt động dành cho trẻ em tại địa phương.

– Việc làm 1: .....

– Việc làm 2: .....

– Việc làm 3: .....

– Việc làm 4: .....

5 Ghi lại cách thức em đã thực hiện để vận động người thân, bạn bè tham gia hoạt động thiện nguyện, nhân đạo.

.....

.....

.....

.....

KẾT NỐI TRI THỨC VỚI CUỘC SỐNG

3 TỰ HÀO TRUYỀN THỐNG QUÊ HƯƠNG

1 Ghi lại những điều em sẽ chia sẻ với bạn về truyền thống tự hào của quê hương.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

2 Hãy kể những hoạt động truyền thống của địa phương mà em muốn tìm hiểu hoặc tham gia nhưng chưa sắp xếp được.

1. .....

2. .....

3. .....

Vì sao em muốn tìm hiểu hoặc tham gia các hoạt động truyền thống đó?

.....

.....

3 Điền nội dung thích hợp vào kế hoạch tìm hiểu hoặc tham gia một hoạt động truyền thống của địa phương dưới đây:

1. Tên hoạt động truyền thống của địa phương: .....

.....

2. Người cùng tìm hiểu/ tham gia: .....

.....

3. Thời gian tìm hiểu/ tham gia: .....

KẾT NỐI TRI THỨC VỚI CUỘC SỐNG

4. Điều kiện tìm hiểu/ tham gia: .....

.....

5. Phương tiện/ công cụ cần có để tìm hiểu/ tham gia: .....

.....

6. Kết quả mong đợi: .....

.....

4 Trình bày sản phẩm em và các bạn đã thiết kế để giới thiệu truyền thống tự hào của địa phương.

– Tên truyền thống: .....

– Lịch sử ra đời: .....

.....

– Ý nghĩa của truyền thống: .....

.....

.....

– Nhân vật hoặc sự kiện gắn với truyền thống đó: .....

.....

– Người dân địa phương đã làm gì để giữ gìn, phát huy truyền thống đó?

.....

.....

.....

– Những nét nổi bật, đặc trưng của truyền thống: .....

.....

.....

– Các hoạt động của người dân địa phương gắn với truyền thống: .....

.....

.....

KẾT NỐI TRI THỨC VỚI CUỘC SỐNG

– Trách nhiệm của em trong việc góp phần bảo tồn, phát huy truyền thống của địa phương: .....

.....

.....

5 Hãy mô tả cách thức em đã thực hiện khi giới thiệu truyền thống của địa phương và nêu kết quả đạt được.

.....

.....

.....

ĐÁNH GIÁ CHỦ ĐỀ 6

(Đánh dấu X vào cột Đạt hoặc Chưa đạt tương ứng với mức em đạt được)

Yêu cầu cần đạt	Mức độ em đạt được	
	Đạt	Chưa đạt
Thể hiện được hành vi giao tiếp, ứng xử có văn hoá khi tham gia các hoạt động cộng đồng.		
Thể hiện được hành vi tôn trọng sự khác biệt giữa mọi người.		
Không đồng tình với những hành vi kì thị về giới tính, dân tộc, địa vị xã hội.		
Tham gia đầy đủ, tích cực các hoạt động thiện nguyện, nhân đạo do nhà trường tổ chức.		
Vận động được người thân, bạn bè tham gia ít nhất một hoạt động thiện nguyện, nhân đạo.		
Giới thiệu được ít nhất một trong những truyền thống tự hào của địa phương mình.		

Chủ đề 7

EM VỚI THIÊN NHIÊN VÀ MÔI TRƯỜNG

1 CẢNH QUAN THIÊN NHIÊN QUÊ HƯƠNG TÔI

1 Hãy viết bài giới thiệu về cảnh quan thiên nhiên ở địa phương em sau khi được đi tham quan cảnh quan đó.

– Tên cảnh quan thiên nhiên, sự tích về tên cảnh quan (nếu có): .....

.....

.....

– Vị trí của cảnh quan: .....

.....

– Vẻ đẹp của cảnh quan: .....

.....

.....

.....

.....

– Cảm xúc của em về cảnh quan: .....

.....

.....

– Suy nghĩ của em về trách nhiệm của bản thân và những người dân ở địa phương đối với việc bảo vệ cảnh quan: .....

.....

.....

.....

.....

KẾT NỐI TRI THỨC VỚI CUỘC SỐNG

2 Hãy chọn và thực hiện một trong hai nhiệm vụ sau:

1. Viết tóm tắt những nội dung giới thiệu với khách du lịch về cảnh quan thiên nhiên ở địa phương khi em cùng các bạn trong nhóm đóng vai hướng dẫn viên du lịch.

2. Thiết kế một tờ rơi để giới thiệu về những cảnh quan thiên nhiên này.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

3 Hãy khoanh tròn vào chữ số đứng trước những hành vi, việc làm mà em đã thực hiện khi đến thăm cảnh quan thiên nhiên ở địa phương.

1. Vứt rác đúng nơi quy định.
2. Đi vệ sinh đúng nơi quy định.
3. Không hái hoa, bẻ cành, phá cây, trèo cây hái quả.
4. Không giẫm lên thảm cỏ, bồn hoa.
5. Không viết, vẽ, khắc chữ hoặc hình lên vách đá, lên tường,... khu cảnh quan.
6. Không làm hại các loài động vật.
7. Giữ trật tự, không chen lấn, xô đẩy, la hét, nói quá to.
8. Giữ trật tự khi nhân viên của Ban quản lí cảnh quan đang thuyết minh, giới thiệu.

Hành vi, việc làm khác em đã thực hiện: .....

.....

.....

KẾT NỐI TRI THỨC VỚI CUỘC SỐNG

2 BẢO VỆ MÔI TRƯỜNG, GIẢM THIỂU HIỆU ỨNG NHÀ KÍNH

4 Hãy xác định những ảnh hưởng của hiệu ứng nhà kính đến sự sống trên Trái Đất.

(Đánh dấu X vào cột tương ứng với phương án em chọn)

1. Làm tăng nhiệt độ Trái Đất.		8. Nguồn nước ngầm đang dần bị cạn kiệt.	
2. Gây ra hiện tượng thời tiết cực đoan và bất thường.		9. Hạn hán, lũ lụt xảy ra nhiều hơn và với mức độ nguy hiểm hơn.	
3. Nước biển dâng do băng ở hai đầu cực Trái Đất tan.		10. Hiện tượng động đất, sóng thần, núi lửa phun trào xảy ra nhiều hơn và với cường độ mạnh hơn.	
4. Nhiều vùng đất ở ven biển bị nhấn chìm.		11. Làm thay đổi sự cân bằng sinh thái.	
5. Nhiều vùng đất bị xói mòn, sa mạc hoá.		12. Phát sinh nhiều loại bệnh mới.	
6. Mùa đông dài hơn và mùa hè ngắn hơn.		13. Dịch bệnh bùng phát.	
7. Cháy rừng do nắng nóng, hạn hán kéo dài.		14. Hệ miễn dịch của con người bị suy giảm.	

5 Hãy nêu những biện pháp cần thiết để giảm thiểu hiệu ứng nhà kính.

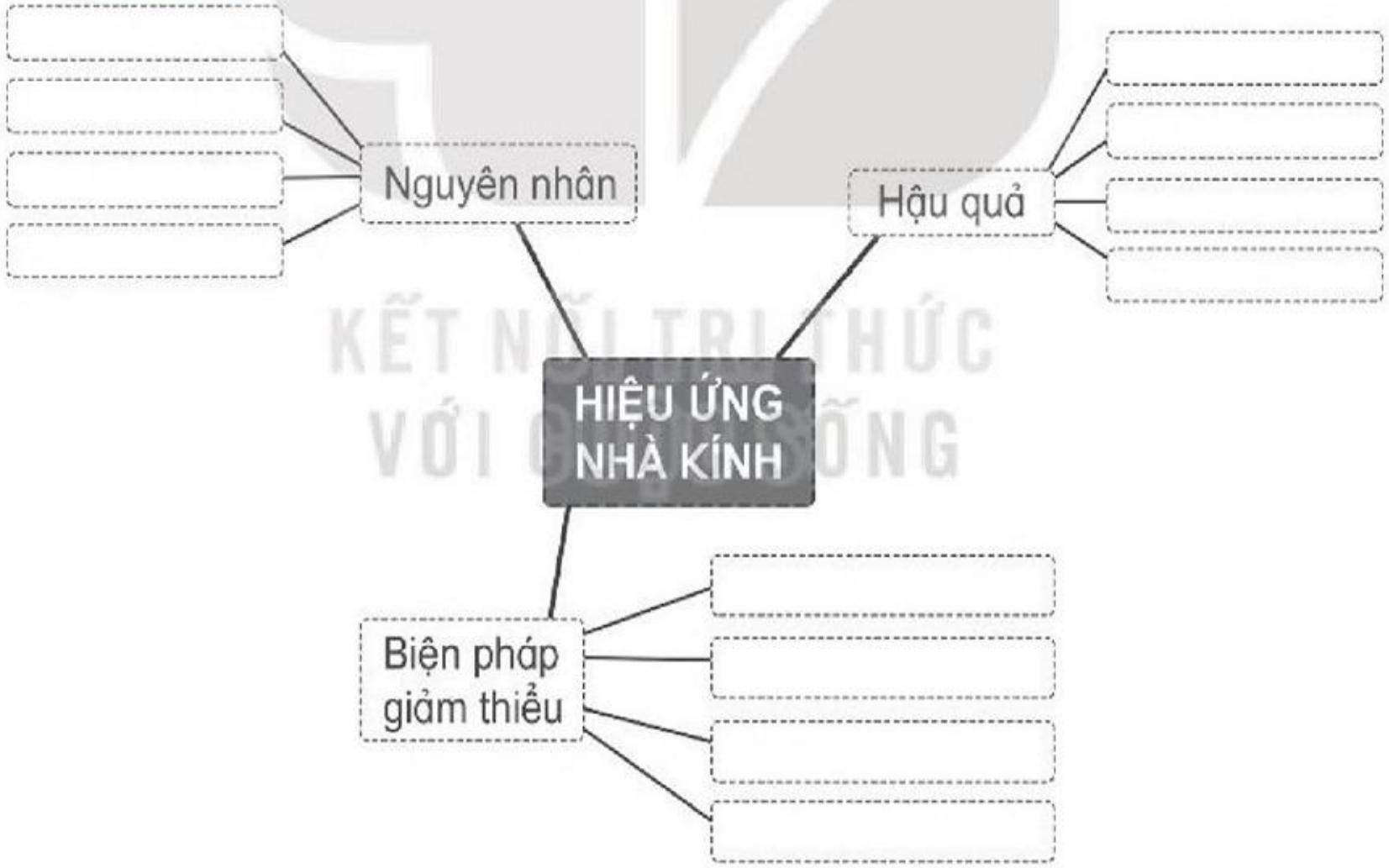
(Đánh dấu X vào cột tương ứng với phương án em chọn)

1. Trồng nhiều cây xanh.		7. Đắp đê ngăn biển.	
2. Tiết kiệm điện năng.		8. Sử dụng công nghệ tiên tiến trong sản xuất, loại bỏ những công nghệ lạc hậu gây nhiều khí thải độc hại.	

KẾT NỐI TRI THỨC VỚI CUỘC SỐNG

3. Tiết kiệm nước.		9. Tăng cường sử dụng các phương tiện giao thông công cộng.	
4. Hạn chế sử dụng túi ni lông.		10. Tăng cường sử dụng xe đạp, hạn chế sử dụng ô tô, mô tô, xe máy, nhất là khi những phương tiện này đã quá hạn sử dụng.	
5. Tăng cường sử dụng năng lượng hoá thạch.		11. Truyền thông nâng cao nhận thức cho người dân.	
6. Tăng cường sử dụng năng lượng gió, năng lượng mặt trời.		12. Biện pháp khác.	

6 Hãy điền tiếp nội dung vào phần trống trong sơ đồ tư duy về hiệu ứng nhà kính.



7 Em hãy cùng các bạn trong nhóm lựa chọn một nhóm đối tượng truyền thông và xây dựng kế hoạch truyền thông về bảo vệ môi trường, giảm thiểu hiệu ứng nhà kính phù hợp với nhóm đối tượng đã lựa chọn.

KẾT NỐI TRI THỨC VỚI CUỘC SỐNG

KẾ HOẠCH TRUYỀN THÔNG

Nhóm thực hiện: .....

Nhóm trưởng: .....

Các thành viên: .....

– .....

– .....

– .....

– .....

Thời gian thực hiện: .....

Địa điểm thực hiện: .....

Nội dung truyền thông: .....

.....

.....

.....

.....

.....

Hình thức truyền thông: .....

Chương trình/ kịch bản truyền thông: .....

– .....

– .....

– .....

– .....

Phương tiện cần thiết: .....

.....

.....

.....

KẾT NỐI TRI THỨC VỚI CUỘC SỐNG

8 Hãy viết báo cáo kết quả hoạt động truyền thông mà em đã tham gia để chia sẻ, trình bày trước lớp.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

ĐÁNH GIÁ CHỦ ĐỀ 7

(Đánh dấu X vào cột Đạt hoặc Chưa đạt tương ứng với mức độ em đạt được)

Yêu cầu cần đạt	Mức độ em đạt được	
	Đạt	Chưa đạt
Thiết kế được 1 sản phẩm thể hiện sự hiểu biết, cảm xúc của bản thân sau chuyến tham quan.		
Thực hiện được các hành vi, việc làm bảo vệ di tích, danh lam thắng cảnh tại những nơi đến tham quan.		
Nêu được ảnh hưởng của hiệu ứng nhà kính đến sự sống trên Trái Đất.		
Tham gia thực hiện 1 hoạt động truyền thông bảo vệ môi trường thiên nhiên, giảm thiểu hiệu ứng nhà kính.		

Chủ đề 8

KHÁM PHÁ THẾ GIỚI NGHỀ NGHIỆP

TÌM HIỂU MỘT SỐ NGHỀ HIỆN CÓ Ở ĐỊA PHƯƠNG

1 Ở địa phương em có những nghề nào trong những nghề sau:

(Đánh dấu X vào cột tương ứng với tên nghề đang có ở địa phương em)

1. Nghề trồng, thu hoạch lúa.		15. Nghề thợ xây.	
2. Nghề trồng, thu hoạch cây hoa màu (ngô, khoai, sắn, đỗ, lạc,...).		16. Nghề điện dân dụng.	
3. Nghề trồng, thu hoạch cây rau.		17. Nghề lắp ráp điện tử.	
4. Nghề trồng cây ăn quả.		18. Nghề may công nghiệp.	
5. Nghề trồng hoa.		19. Nghề cắt, may trang phục.	
6. Nghề chăn nuôi trâu, bò.		20. Nghề cơ khí (làm nông cụ hoặc công cụ lao động, đồ gia dụng).	
7. Nghề chăn nuôi lợn.		21. Nghề khai thác đá và khoáng sản.	
8. Nghề chăn nuôi gia cầm (gà, vịt, ngan, ngỗng).		22. Nghề làm muối.	
9. Nghề nuôi cá.		23. Nghề thủ công truyền thống (đan lát, làm gốm, dệt vải,...).	

KẾT NỐI TRI THỨC VỚI CUỘC SỐNG

10. Nghề nuôi tôm.		24. Nghề bán hàng tiêu dùng.	
11. Nghề trồng, chăm sóc rừng.		25. Nghề bán hàng dược phẩm.	
12. Nghề ươm cây giống lâm nghiệp.		26. Nghề sửa chữa ô tô, xe máy.	
13. Nghề đánh bắt thuỷ, hải sản.		27. Nghề sửa chữa đồ điện tử.	
14. Nghề chế biến thực phẩm.		28. Nghề cắt, uốn tóc.	

Ngoài những nghề em xác định trong bảng, ở địa phương em còn có những nghề nào khác? .....

.....

2 Ghi những đặc trưng của một nghề hiện có ở địa phương mà em biết vào chỗ trống dưới đây:

Tên nghề: .....

Các công việc đặc trưng của nghề: .....

.....

.....

Trang thiết bị, dụng cụ lao động cơ bản của nghề: .....

.....

Phẩm chất, năng lực cần có của người làm nghề: .....

.....

.....

.....

Những nguy hiểm có thể xảy ra và cách giữ an toàn khi làm nghề: .....

.....

.....

KẾT NỐI TRI THỨC VỚI CUỘC SỐNG

3 Nêu cách tìm kiếm, thu thập thông tin về đặc trưng các nghề hiện có ở địa phương em.

.....

.....

.....

Em đã sử dụng cách nào để tìm kiếm, thu thập thông tin về đặc trưng của nghề ở địa phương? Vì sao em sử dụng cách này?

.....

.....

.....

4 Điền nội dung thích hợp vào Kế hoạch dự án tìm hiểu nghề ở địa phương của nhóm em.

KẾ HOẠCH DỰ ÁN TÌM HIỂU NGHỀ Ở ĐỊA PHƯƠNG

1. Tên dự án: .....

2. Mục tiêu thực hiện dự án:

– Về kiến thức (Có được những hiểu biết gì về nghề của địa phương?): .....

.....

.....

.....

.....

– Về kĩ năng (Rèn luyện được những kĩ năng gì qua việc thực hiện dự án?):

.....

.....

.....

– Về thái độ: .....

.....

.....

KẾT NỐI TRI THỨC VỚI CUỘC SỐNG

3. Tên nhóm và các thành viên trong nhóm:

.....

.....

4. Cách tiến hành và phương tiện thực hiện dự án:

.....

.....

.....

.....

5. Thời gian thực hiện: .....

6. Phân công nhiệm vụ trong nhóm:

Nhiệm vụ	Phân công	Dự kiến sản phẩm

5 Hãy ghi lại những việc em đã làm và những thông tin, sản phẩm em đã tìm kiếm, thu thập được khi thực hiện dự án tìm hiểu nghề ở địa phương.

1. Những việc em đã làm khi thực hiện dự án:

.....

.....

.....

2. Những thuận lợi, khó khăn khi thực hiện dự án:

.....

.....

.....

KẾT NỐI TRI THỨC VỚI CUỘC SỐNG

3. Thông tin và sản phẩm em tìm kiếm, thu thập được khi thực hiện dự án:

.....

.....

.....

.....

.....

6 Trình bày kết quả thực hiện dự án tìm hiểu đặc trưng của nghề ở địa phương và những bài học rút ra được qua việc thực hiện dự án của nhóm em.

1. Tên nghề: .....

2. Các công việc đặc trưng của nghề:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

3. Trang thiết bị, dụng cụ lao động cơ bản của nghề:

.....

.....

.....

4. Những phẩm chất và năng lực cần có của người làm nghề này ở địa phương:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

KẾT NỐI TRI THỨC VỚI CUỘC SỐNG

5. Những nguy hiểm có thể xảy ra và cách giữ an toàn khi làm nghề này ở địa phương: .....

.....

.....

.....

7 Ghi lại kết quả đánh giá và bài học kinh nghiệm em rút ra được sau khi thực hiện dự án nghiên cứu tìm hiểu đặc trưng của nghề ở địa phương.

– Mức độ đạt được mục tiêu dự án: .....

– Thời gian hoàn thành dự án: .....

– Các vấn đề gặp phải khi thực hiện dự án và cách tháo gỡ: .....

.....

.....

.....

– Sự hợp tác và tinh thần, thái độ thực hiện nhiệm vụ của các thành viên trong nhóm: .....

.....

– Những kinh nghiệm, bài học rút ra qua việc thực hiện dự án: .....

.....

.....

.....

.....

8 Ghi lại những nội dung em sẽ chia sẻ trước lớp về kết quả thực hiện hoạt động vận dụng sau giờ học.

1. Những việc em đã làm và những thông tin thu thập được khi em tiếp tục tìm hiểu, trải nghiệm một nghề khác ở địa phương mà em quan tâm.

– Những việc đã làm: .....

.....

KẾT NỐI TRI THỨC VỚI CUỘC SỐNG

– Những thông tin về nghề em đã thu thập được khi trải nghiệm nghề ở địa phương:

.....

.....

.....

.....

2. Cảm nhận và những điều em thu nhận được khi vận dụng kinh nghiệm, tri thức mới về nghề ở địa phương vào việc tìm hiểu, trải nghiệm nghề.

.....

.....

.....

ĐÁNH GIÁ CHỦ ĐỀ 8

(Đánh dấu X vào cột Đạt hoặc Chưa đạt tương ứng với mức độ em đạt được)

Yêu cầu cần đạt	Mức độ em đạt được	
	Đạt	Chưa đạt
Kể được tên ít nhất 5 nghề hiện có ở địa phương.		
Nêu được ít nhất 3 công việc đặc trưng của 1–2 nghề ở địa phương.		
Nêu được các trang thiết bị, dụng cụ lao động cơ bản của ít nhất 2 nghề hiện có ở địa phương.		
Nêu được yêu cầu về phẩm chất và năng lực của 1–2 nghề ở địa phương đối với người lao động.		
Nhận diện được những nguy hiểm có thể xảy ra và cách giữ an toàn khi làm 1–2 nghề ở địa phương.		
Tích cực, quan tâm tìm hiểu nghề ở địa phương.		

Chủ đề 9

HIỂU BẢN THÂN – CHỌN ĐÚNG NGHỀ

PHẨM CHẤT, NĂNG LỰC CỦA BẢN THÂN VỚI YÊU CẦU CỦA NGHỀ Ở ĐỊA PHƯƠNG

1 Xác định một số năng lực, phẩm chất của em có liên quan đến hoạt động nghề nghiệp.

1. Xác định những việc em có khả năng làm tốt

(Đánh dấu X vào cột Em có khả năng tương ứng với những việc em tự nhận thấy mình có khả năng làm tốt)

Tên công việc	Em có khả năng làm tốt	Tên công việc	Em có khả năng làm tốt
1. Sử dụng máy tính.		7. Vẽ tranh.	
2. May, khâu, thêu, đan, móc.		8. Ca hát.	
3. Chơi thể thao.		9. Viết văn.	
4. Nấu ăn.		10. Làm hoa.	
5. Trồng trọt, chăm sóc cây cối.		11. Thiết kế quần áo, đồ chơi.	
6. Nói chuyện, giao tiếp.		12. Làm đồ chơi bằng giấy, phế liệu.	

– Ngoài những việc trên, em còn có khả năng làm tốt những việc nào khác?

.....

.....

– Em tự nhận thấy mình có khả năng nào nổi trội nhất?.....

.....

KẾT NỐI TRI THỨC VỚI CUỘC SỐNG

2. Xác định sở thích của em

(Đánh dấu X vào cột lựa chọn tương ứng với sở thích của em)

Sở thích	Lựa chọn của em	Sở thích	Lựa chọn của em
1. Thích làm việc ngoài trời.		7. Thích làm việc với máy móc, vật dụng.	
2. Thích làm việc trong văn phòng.		8. Thích giúp đỡ người khác.	
3. Thích làm việc chân tay.		9. Thích thuyết phục, chỉ huy người khác.	
4. Thích làm việc trí óc.		10. Thích di chuyển, thay đổi môi trường.	
5. Thích làm việc với con người.		11. Thích kiếm được nhiều tiền.	
6. Thích làm việc với thiên nhiên.		12. Thích làm việc nhàn hạ.	

Đối chiếu kết quả xác định khả năng, sở thích của bản thân để xác định:

– Những việc em vừa thích, vừa có khả năng làm tốt: .....

.....

.....

– Những việc em có khả năng làm tốt nhưng không thích: .....

.....

.....

– Những việc em không có khả năng làm tốt nhưng lại thích: .....

.....

.....

– Nếu cho rằng, năng lực hướng nghiệp được thể hiện ở những việc em vừa có khả năng làm tốt, vừa thích thì em tự nhận thấy mình có năng lực hướng nghiệp nào?.....

KẾT NỐI TRI THỨC VỚI CUỘC SỐNG

3. Tự đánh giá những phẩm chất của em có liên quan đến hoạt động nghề nghiệp

Mức độ 1: Thường xuyên thể hiện trong cuộc sống.

Mức độ 2: Có thể hiện nhưng chưa thường xuyên.

Mức độ 3: Ít khi thể hiện.

Mức độ 4: Chưa thể hiện được.

(Đánh dấu X vào cột 1 (hoặc 2, 3, 4) tương ứng với mức độ em đạt được)

Phẩm chất	Biểu hiện	Mức độ em đạt được			
		1	2	3	4
Trung thực	Phê phán các hành vi gian dối trong học tập và trong cuộc sống.				
Tự trọng	Cư xử đúng mực và luôn làm tròn nhiệm vụ của mình.				
Tự lực	Chủ động, tích cực học hỏi để thực hiện những công việc hằng ngày của bản thân trong học tập và trong cuộc sống; phê phán những hành vi sống dựa dẫm, ỷ lại.				
Tự chủ	Bình tĩnh, tự tin trong mọi công việc, làm chủ được suy nghĩ, tình cảm, hành vi của mình trong mọi hoàn cảnh. Luôn ôn tồn, nhã nhặn trong giao tiếp.				
Cẩn thận	Cân nhắc tất cả những yếu tố liên quan, dù là yếu tố nhỏ nhất trước khi thực hiện công việc để đảm bảo công việc được tiến hành tốt nhất.				
Chăm chỉ, vượt khó	Siêng năng trong học tập và lao động; ý thức được thuận lợi, khó khăn trong học tập và sinh hoạt của bản thân và chủ động khắc phục vượt qua.				

Tự hoàn thiện	Có ý thức rèn luyện, tự hoàn thiện bản thân theo các giá trị xã hội.				
Tự nguyện	Không đổ lỗi cho người khác, có ý thức và tìm cách khắc phục hậu quả do mình đã gây ra; quan tâm đến các công việc chung.				
Chấp hành kỉ luật	Tìm hiểu và chấp hành những quy định chung của tập thể và cộng đồng; tránh những hành vi vi phạm kỉ luật.				
Tuân thủ pháp luật	Tôn trọng và tuân thủ các quy định của pháp luật.				
Bảo vệ nội quy, pháp luật	Phê phán những hành vi trái quy định của nội quy, pháp luật.				

Ngoài những phẩm chất trên, em còn có những phẩm chất nào khác?

.....

.....

2 Hãy tự đánh giá sự phù hợp giữa những phẩm chất, năng lực của bản thân với yêu cầu của nghề em quan tâm bằng cách điền thông tin thích hợp vào bảng dưới đây rồi đánh dấu X vào cột Phù hợp hoặc Chưa phù hợp.

Nghề em quan tâm (ghi theo thứ tự ưu tiên)	Yêu cầu về phẩm chất, năng lực của nghề em quan tâm	Năng lực, phẩm chất của em	Tự đánh giá của em	
			Phù hợp	Chưa phù hợp
1.				
2.				
3.				

3 Xây dựng và thực hiện kế hoạch rèn luyện phẩm chất, năng lực của bản thân phù hợp với yêu cầu của nghề em quan tâm ở địa phương.

1. Em hãy xây dựng kế hoạch rèn luyện bản thân theo yêu cầu của nghề mình quan tâm bằng cách điền thông tin thích hợp vào bảng dưới đây:

KẾ HOẠCH RÈN LUYỆN BẢN THÂN THEO YÊU CẦU CỦA NGHỀ

Phẩm chất, năng lực, cần rèn luyện	Biện pháp thực hiện	Kết quả mong đợi
.....	.....	.....
.....	.....	.....
.....	.....	.....
.....	.....	.....
.....	.....	.....
.....	.....	.....
.....	.....	.....
.....	.....	.....
.....	.....	.....
.....	.....	.....
.....	.....	.....

2. Ghi lại việc em đã thực hiện để rèn luyện năng lực, phẩm chất của bản thân:

.....

.....

.....

3. Kết quả em đã đạt được:

.....

.....

.....

KẾT NỐI TRI THỨC VỚI CUỘC SỐNG

4 Tham gia một số hoạt động/ công việc của nghề ở địa phương phù hợp với sở thích, khả năng và điều kiện thực tế để góp phần rèn luyện phẩm chất, năng lực của bản thân, đồng thời tăng thêm hiểu biết về nghề mà em quan tâm, yêu thích.

1. Ghi tên những hoạt động/ công việc của nghề ở địa phương mà em đã lựa chọn tham gia:

.....

.....

.....

.....

2. Nêu cách thức thực hiện hoạt động/ công việc của nghề em đã tham gia:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

3. Ghi lại kết quả rèn luyện phẩm chất, năng lực theo yêu cầu của nghề em đã tham gia:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

KẾT NỐI TRI THỨC VỚI CUỘC SỐNG

4. Nêu những điều em đã thu hoạch được và cảm nhận của em khi tham gia một số hoạt động/ công việc của nghề ở địa phương:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

ĐÁNH GIÁ CHỦ ĐỀ 9

(Đánh dấu X vào cột Đạt hoặc Chưa đạt tương ứng với mức độ em đạt được)

Yêu cầu cần đạt	Mức độ em đạt được	
	Đạt	Chưa đạt
Xác định được ít nhất 3 phẩm chất, năng lực của bản thân có liên quan đến hoạt động nghề nghiệp.		
Chỉ ra được ít nhất 3 năng lực, phẩm chất của bản thân phù hợp hoặc chưa phù hợp với yêu cầu của nghề ở địa phương mà em quan tâm.		

GỢI Ý THỰC HIỆN MỘT SỐ NHIỆM VỤ

CHỦ ĐỀ 1. EM VỚI NHÀ TRƯỜNG

1 PHÁT TRIỂN MỐI QUAN HỆ HOÀ ĐỒNG, HỢP TÁC VỚI THẦY CÔ VÀ CÁC BẠN

1 Đáp án: a, b, c, đ, e, h, i, k.

3 *Cách thức hợp tác với thầy cô* để giải quyết các vấn đề nảy sinh: Luôn lắng nghe thầy cô hướng dẫn; chủ động xin ý kiến của thầy cô khi gặp những điều chưa hiểu hay các vấn đề nảy sinh trong việc thực hiện nhiệm vụ; chia sẻ về tính cách, sở thích, ưu điểm, hạn chế của mình với thầy cô.

Cách thức hợp tác với các bạn để giải quyết các vấn đề nảy sinh: Cùng nhau xây dựng kế hoạch và phân công nhiệm vụ; tôn trọng, lắng nghe ý kiến của các bạn; có trách nhiệm với công việc được giao, vô tư, ngay thẳng, không ghen tị khi hợp tác và làm việc nhóm; phát ngôn tích cực, giao tiếp cởi mở, tin tưởng lẫn nhau; tìm kiếm sở thích chung và tôn trọng sự khác biệt. Khi có các vấn đề phát sinh trong quá trình thực hiện các nhiệm vụ chung cần kiềm chế cảm xúc, bình tĩnh nói rõ quan điểm cá nhân, cùng đặt câu hỏi và đưa ra phương hướng giải quyết.

4 *Gợi ý cách phát triển mối quan hệ hoà đồng, hợp tác với thầy cô và các bạn:*

Tình huống 1. Nếu học cùng lớp với Hoàng, em và các bạn trong lớp sẽ đến nhà Hoàng hỏi thăm, động viên bạn và gia đình; cùng nhau giúp đỡ bạn trong học tập (chép bài, giảng bài cho bạn), trong cuộc sống (đóng góp tiền ủng hộ gia đình bạn).

Tình huống 2. Nếu là bạn của Quang, em sẽ khuyên Quang nên gặp thầy giáo dạy môn Toán để chia sẻ với thầy về khó khăn của bản thân và nhờ thầy giúp đỡ, đồng thời gặp những bạn học tốt môn Toán trong lớp, nhờ các bạn giảng lại những chỗ không hiểu và hướng dẫn phương pháp học môn Toán. Khuyên Quang tin rằng mình sẽ học Toán tốt hơn nếu bản thân cố gắng và được sự hỗ trợ của thầy giáo dạy môn Toán cũng như các bạn trong lớp.

Tình huống 3. Nếu Nguyệt học cùng lớp với em, em và các bạn nên gần gũi, chuyện trò cởi mở, thân thiện với Nguyệt, động viên và khuyến khích

KẾT NỐI TRI THỨC VỚI CUỘC SỐNG

Nguyệt cùng tham gia các hoạt động trong lớp. Phân công cho Nguyệt những việc phù hợp với khả năng của bạn để bạn luôn hoàn thành công việc.

Tình huống 4. Nếu Kim là bạn mới trong lớp em, em sẽ khuyên Kim nên mạnh dạn trò chuyện, tâm sự, chia sẻ với thầy cô và các bạn, lôi kéo Kim cùng chơi, cùng tham gia các hoạt động. Em sẽ nói với Kim rằng, em và các bạn trong lớp đều yêu quý Kim và sẵn sàng giúp đỡ Kim khi cần.

5 *Các tiêu chí xây dựng "Lớp học hạnh phúc":*

+ *Tiêu chí 1.* Yêu thương: Học sinh yêu thương, động viên, quan tâm, hỗ trợ, giúp đỡ nhau, đặc biệt là giúp đỡ các bạn có hoàn cảnh khó khăn, khuyết tật về trí tuệ, thể thực,...; thành lập và duy trì các nhóm đôi bạn cùng tiến, giúp nhau tiến bộ trong học tập.

+*Tiêu chí 2.* Tôn trọng: Mọi thành viên trong lớp đều được tôn trọng, đảm bảo an toàn, không phân biệt đối xử và kì thị; mọi hoạt động liên quan đến kế hoạch của lớp đều được đưa ra bàn bạc, thảo luận, lắng nghe, thấu hiểu và đối thoại tích cực.

CHỦ ĐỀ 2. KHÁM PHÁ BẢN THÂN

2 KIỂM SOÁT CẢM XÚC CỦA BẢN THÂN

1 Đáp án: a, b, c.

2 Đáp án: a, c, d.

4 *Gợi ý những lời khuyên về cách ứng xử thể hiện kĩ năng kiểm soát cảm xúc:*

Tình huống 1. Khi nhận được tin này Tân có thể rất vui. Tuy nhiên, vì đang dự đám tang nên Tân chỉ nên nhắn lời cảm ơn thầy giáo. Sau khi ra về hãy thể hiện công khai cảm xúc vui vẻ của mình với các bạn và mọi người.

Tình huống 2. Trong tình huống này Thành sẽ rất tức giận nhưng bạn nên nén giận và nhắc nhở hai em học sinh lớp 6 lần sau chơi đùa phải cẩn thận hơn, đừng làm ảnh hưởng đến người khác.

Tình huống 3. Khi nghe những lời này chắc chắn Bích rất khó chịu, bực bội. Tuy nhiên, để không làm ảnh hưởng đến buổi sinh nhật của bạn, Bích nên bình tĩnh nói với người khách kia rằng: Mỗi người có một hoàn cảnh, điều kiện và quan điểm riêng về cách ăn mặc. Bạn chê trang phục của tôi

KẾT NỐI TRI THỨC VỚI CUỘC SỐNG

nhưng chưa chắc trang phục của bạn đang mặc đã là đẹp trong mắt tôi và những người khác.

Tình huống 4. Kha chắc sẽ rất khó chịu vì hành động trêu chọc của bạn. Tuy nhiên, vì đang trong giờ học nên Kha chỉ nên cau mặt và ra hiệu nhắc Hải hãy dừng ngay trò đùa này lại.

CHỦ ĐỀ 3. TRÁCH NHIỆM VỚI BẢN THÂN

1 VƯỢT QUA KHÓ KHĂN

2 Đáp án: a, b, đ.

3 *Gợi ý cách thức vượt qua khó khăn:*

Tình huống 1. Hoa nhờ các bạn trong lớp chép bài và giảng lại những bài học khó để hiểu bài. Bản thân Hoa sẽ tích cực chữa bệnh cho chóng khỏi. Khi khỏi bệnh, Hoa cần lập kế hoạch học tập và thực hiện theo kế hoạch đó để không bị rỗng kiến thức.

Tình huống 2. Nếu là Nam, em sẽ cố gắng vượt qua nỗi e ngại của chính mình, mạnh dạn trò chuyện, chia sẻ những vướng mắc, khó khăn với các bạn mà em tin cậy. Có thể nhờ các bạn chỉ cho cách tháo gỡ khó khăn hoặc hỗ trợ khi cần thiết.

Tình huống 3. Hưng nên suy nghĩ tích cực và tham gia vào các hoạt động ở lớp. Có thể tâm sự, chia sẻ với bạn thân, những người bạn tin cậy hoặc thầy cô giáo để vơi bớt nỗi buồn và nhận được những lời khuyên chân thành.

2 TỰ BẢO VỆ TRONG TÌNH HUỐNG NGUY HIỂM

1 *Tình huống nguy hiểm và cách phòng tránh:*

Tình huống ở hình 1. Đi vào những con đường vắng, không có người qua lại dễ gặp tình huống nguy hiểm như cướp giật, xâm hại cơ thể,... Ở đó sẽ rất khó có người đến cứu. Nên tự bảo vệ bằng cách tránh đi vào những con đường vắng, nhất là buổi tối.

Tình huống ở hình 2. Đi một mình vào buổi tối rất dễ gặp nguy hiểm nên phải dứt khoát về sớm, không nghe theo lời rủ rê của người khác ở lại đến khi tối muộn mới về.

Tình huống ở hình 3. Đi nhờ xe người lạ, nhất là trường hợp như trong hình 3 là rất nguy hiểm, dễ bị xâm hại cơ thể. Việc bạn gái từ chối không lên xe người lạ là một cách tự bảo vệ trong tình huống nguy hiểm.

2 *Cách thức tự bảo vệ trong tình huống nguy hiểm:*

Đáp án: 1: a, b, c, d; 2: a, b, c, d; 3: a, b, c, d.

3 Đáp án: 1–e; 2–đ; 3–b; 4–c; 5–d; 6–a.

4 *Gợi ý cách tự bảo vệ bản thân trong tình huống nguy hiểm:*

Tình huống 1. An nên xử lí theo những cách sau: Không hốt hoảng; không nhìn chằm chằm vào con chó; giữ bình tĩnh, không bỏ chạy; tìm cách đánh lạc hướng; đi giật lùi thay vì quay người bỏ chạy.

Tình huống 2. Ngọc nên khéo léo giải thích cho bạn hiểu ý tốt của mình. Nếu bạn vẫn doạ và giữ ý định cho Ngọc một bài học, Ngọc nên báo với cán bộ lớp hoặc thầy, cô giáo nhờ can thiệp.

Tình huống 3. Loan khéo léo, cương quyết từ chối lời đề nghị làm việc không nghiêm túc. Nếu những người đó tiếp tục đe doạ, Loan nên bình tĩnh nhờ người có trách nhiệm can thiệp. Cùng với đó, Loan không nên lên mạng xã hội nữa mà nên tập trung vào học tập và rèn luyện.

CHỦ ĐỀ 5. EM VỚI GIA ĐÌNH

1 KĨ NĂNG CHĂM SÓC NGƯỜI THÂN KHI BỊ MỆT, ỐM

1 *Những việc nên làm và không nên làm khi chăm sóc người thân bị mệt, ốm:*

Việc nên làm khi chăm sóc người thân bị mệt, ốm	Việc không nên làm khi chăm sóc người thân bị mệt, ốm
Cho người thân uống thuốc theo chỉ định của bác sĩ.	Cho uống nước chanh lúc đói sẽ bị đau dạ dày.
Lựa chọn cách chăm sóc người thân phù hợp với từng trường hợp mệt, ốm.	Không nên làm theo mọi yêu cầu của người thân lúc mệt, nếu điều đó có thể gây ra những hậu quả khôn lường.

Cân nhắc, lựa chọn để đáp ứng nhu cầu phù hợp với tình trạng, bối cảnh khi đó.	Tuỳ tiện chăm sóc người thân theo ý chủ quan, cho người thân uống thuốc tùy tiện.
Cách chăm sóc người thân phải phù hợp với từng loại bệnh. Nếu không biết cách chăm sóc đúng cần hỏi người có kinh nghiệm.	Không áp dụng cách chăm sóc chung cho từng loại bệnh.
Thường xuyên theo dõi diễn biến sức khỏe của người thân để thông báo cho bố mẹ hoặc bác sĩ để đưa đi bệnh viện nếu cần thiết.	Không lơ là dõi theo diễn biến sức khỏe của người thân khi bị ốm.

2 *Cách chăm sóc người thân bị ốm:*

– Khi người thân bị sốt: Đắp khăn lạnh lên trán và mời bác sĩ khám để xác định nguyên nhân sốt. Nếu sốt quá cao, nên đưa người thân đến bệnh viện cấp cứu, không tuỳ tiện cho uống thuốc hạ sốt khi chưa có chỉ định của bác sĩ.

– Khi người thân bị đau bụng: Tìm nguyên nhân bị đau bụng hoặc mời bác sĩ đến khám để tìm nguyên nhân. Điều trị đau bụng theo chỉ dẫn của bác sĩ, không tuỳ tiện cho uống thuốc giảm đau.

– Khi người thân bị đau đầu: Đo huyết áp xem có phải đau đầu do tăng huyết áp không. Nếu đau đầu nhẹ, có thể cho uống thuốc paracetamol và xoa bóp nhẹ trên đầu cho người thân. Nếu không thấy đỡ phải mời bác sĩ đến khám hoặc đưa người thân đi bệnh viện khám.

– Khi người thân bị đau nhức chân: Xoa bóp chân cho người thân. Có thể đun nước nóng, pha ít muối và gừng cho người thân ngâm chân.

3 *Gợi ý cách chăm sóc người thân bị mệt, ốm:*

Tình huống 1. Liên nên hỏi thăm bà xem bà bị mệt thế nào và Liên có thể giúp được giúp gì cho bà, đồng thời Liên nhẹ nhàng khuyên bà nên nằm nghỉ để Liên chăm sóc ông. Việc gì Liên chưa biết, Liên sẽ hỏi bà, nhờ bà hướng dẫn.

Tình huống 2. Minh sẽ động viên mẹ rằng, nhiều người bị ung thư trực tràng đã được chữa khỏi. Nếu mẹ vui vẻ, lạc quan và điều trị tích cực theo chỉ định

của bác sĩ, nhất định mẹ sẽ khỏi. Cùng với đó, Minh sẽ tranh thủ làm giúp mẹ những việc Minh có thể làm được để mẹ nghỉ ngơi, yên tâm chữa bệnh.

3 LẮNG NGHE TÍCH CỰC Ý KIẾN NGƯỜI THÂN TRONG GIA ĐÌNH

1 *Những yêu cầu của việc lắng nghe tích cực khi tiếp nhận ý kiến và chia sẻ của người thân trong gia đình*:

– Dừng những việc đang làm để tập trung nghe người thân nói, chia sẻ.

– Dõi theo cảm xúc của người thân, nhìn vấn đề từ phía người thân.

– Đặt mình vào vị trí người thân để thấu hiểu.

– Nghe với thiện chí và suy nghĩ tích cực là người thân luôn muốn tốt cho mình và người thân cần được chia sẻ, cảm thông.

– Chỗ nào chưa chắc chắn hiểu đúng cần hỏi lại cho rõ, tránh hiểu lầm.

– Sau khi nghe người thân nói hết hãy chia sẻ suy nghĩ và cảm xúc đồng cảm của mình một cách chân thành và thiện chí.

– Nếu có gì còn khúc mắc nên thật lòng giãi bày.

CHỦ ĐỀ 6. EM VỚI CỘNG ĐỒNG

1 GIAO TIẾP, ỨNG XỬ CÓ VĂN HOÁ VÀ TÔN TRỌNG SỰ KHÁC BIỆT

2 *Những việc nên và không nên làm khi thể hiện hành vi giao tiếp, ứng xử có văn hoá:*

Hành vi giao tiếp, ứng xử	Nên	Không nên
a) Lễ phép, kính trọng khi chào hỏi khách đến trường, lớp.	X	
b) Nói lời xin lỗi khi làm phiền ai đó.	X	
c) Bao che cho khuyết điểm của người khác.		X
d) Gìn giữ bảo vệ tài sản chung.	X	
đ) Giữ gìn sự yên tĩnh ở những nơi công cộng như thư viện, rạp chiếu phim.	X	
e) Đưa tin tức thiếu lành mạnh, hạ thấp người khác trên mạng xã hội.		X
g) Nhổ cây, hoa ở công viên mang về nhà trồng.		X

h) Sử dụng thứ gì đó của người khác trong khi họ không muốn.		X
i) Sử dụng ngôn ngữ đúng mực, thân thiện khi giao tiếp kể cả với người lạ.	X	

2 THAM GIA HOẠT ĐỘNG THIỆN NGUYỆN

4 *Những việc em có thể làm khi tham gia hoạt động thiện nguyện đối với chị em Hằng và Dung:*

– Việc làm 1: Vận động các bạn trong lớp quyên góp, giúp đỡ bạn đồ dùng học tập. Nếu có thể, sẽ hỗ trợ tiền giúp đỡ ông bà và chị em bạn.

– Việc làm 2: Giảng cho bạn những bài bạn chưa hiểu (nếu em đã hiểu rõ bài).

– Việc làm 3: Động viên chị em bạn tham gia vào các hoạt động chung ở địa phương.

– Việc làm 4: Giúp bạn chăm sóc vườn rau.

CHỦ ĐỀ 7. EM VỚI THIÊN NHIÊN VÀ MÔI TRƯỜNG

2 BẢO VỆ MÔI TRƯỜNG, GIẢM THIỂU HIỆU ỨNG NHÀ KÍNH

4 Đáp án: 1, 2, 3, 4, 5, 7, 8, 9, 11, 12, 13, 14.

5 Đáp án: 1, 2, 3, 4, 6, 8, 9, 10, 11.

CHỦ ĐỀ 8. KHÁM PHÁ THẾ GIỚI NGHỀ NGHIỆP

TÌM HIỂU MỘT SỐ NGHỀ HIỆN CÓ Ở ĐỊA PHƯƠNG

3 *Cách tìm kiếm, thu thập thông tin về đặc trưng nghề ở địa phương em:*

– Phỏng vấn người lao động.

– Tham quan.

– Trải nghiệm làm một số công việc của nghề.

– Đọc tài liệu tham khảo về nghề như tài liệu khuyến nông, khuyến lâm, khuyến ngư ở địa phương.

– Tìm kiếm thông tin trên mạng internet.

– Quay phim, chụp ảnh.

Nhà xuất bản Giáo dục Việt Nam xin trân trọng cảm ơn các tác giả có tác phẩm, tư liệu được sử dụng, trích dẫn trong cuốn sách này.

Chịu trách nhiệm xuất bản:
Chủ tịch Hội đồng Thành viên NGUYỄN ĐỨC THÁI
Tổng Giám đốc HOÀNG LÊ BÁCH

Chịu trách nhiệm nội dung:
Tổng biên tập PHẠM VĨNH THÁI

Biên tập nội dung: PHẠM VĂN TRỌNG
Biên tập mĩ thuật: BÙI QUANG TUẤN
Thiết kế sách: TẠ XUÂN PHƯƠNG
Trình bày bìa: NGUYỄN BÍCH LA
Minh hoạ: NGUYỄN HUYỀN THU
Sửa bản in: PHẠM VĂN TRỌNG
Chế bản: CÔNG TY CP ĐẦU TƯ VÀ PHÁT TRIỂN GIÁO DỤC HÀ NỘI

Bản quyền thuộc Nhà xuất bản Giáo dục Việt Nam.

Tất cả các phần của nội dung cuốn sách này đều không được sao chép, lưu trữ, chuyển thể dưới bất kì hình thức nào khi chưa có sự cho phép bằng văn bản của Nhà xuất bản Giáo dục Việt Nam.

BÀI TẬP HOẠT ĐỘNG TRẢI NGHIỆM, HƯỚNG NGHIỆP 7

Mã số: G3BH7Q001A22
In ... bản, (QĐ ... – NXBGDHN) khổ 17 x 24 cm.
Đơn vị in:
Cơ sở in:
Số ĐKXB: 535-2022/CXBIPH/6-285/GD
Số QĐXB: .../QĐ-GD-HN ngày ... tháng ... năm 2022
In xong và nộp lưu chiểu tháng ... năm 2022
Mã số ISBN: 978-604-0-31947-0



HUÂN CHƯƠNG HỒ CHÍ MINH



BỘ SÁCH BÀI TẬP LỚP 7 – KẾT NỐI TRI THỨC VỚI CUỘC SỐNG

1. Bài tập Ngữ văn 7, tập một
2. Bài tập Ngữ văn 7, tập hai
3. Bài tập Toán 7, tập một
4. Bài tập Toán 7, tập hai
5. Bài tập Khoa học tự nhiên 7
6. Bài tập Công nghệ 7
7. Bài tập Lịch sử và Địa lí 7, phần Lịch sử
8. Bài tập Lịch sử và Địa lí 7, phần Địa lí
9. Bài tập Mĩ thuật 7
10. Bài tập Âm nhạc 7
11. Bài tập Giáo dục công dân 7
12. Bài tập Tin học 7
13. Bài tập Hoạt động trải nghiệm, hướng nghiệp 7
14. Tiếng Anh 7 – Global Success – Sách bài tập

Các đơn vị đầu mối phát hành

- **Miền Bắc:** CTCP Đầu tư và Phát triển Giáo dục Hà Nội
  CTCP Sách và Thiết bị Giáo dục miền Bắc
- **Miền Trung:** CTCP Đầu tư và Phát triển Giáo dục Đà Nẵng
  CTCP Sách và Thiết bị Giáo dục miền Trung
- **Miền Nam:** CTCP Đầu tư và Phát triển Giáo dục Phương Nam
  CTCP Sách và Thiết bị Giáo dục miền Nam
- **Cửu Long:** CTCP Sách và Thiết bị Giáo dục Cửu Long

Sách điện tử: http://hanhtrangso.nxbgd.vn

Kích hoạt để mở học liệu điện tử: Cào lớp nhũ trên tem để nhận mã số. Truy cập http://hanhtrangso.nxbgd.vn và nhập mã số tại biểu tượng chìa khoá.

ISBN 978-604-0-31947-0

9 786040 319470

Giá: 12.000 đ