



TRẦN THỊ THU (Chủ biên)
VŨ THỊ LAN ANH – NGUYỄN THANH BÌNH
LÊ THỊ LUẬN – NGUYỄN HỒNG THUẬN

Bài tập

HOẠT ĐỘNG

TRẢI NGHIỆM, HƯỚNG NGHIỆP

6



NHÀ XUẤT BẢN GIÁO DỤC VIỆT NAM

TRẦN THỊ THU (Chủ biên)
VŨ THỊ LAN ANH – NGUYỄN THANH BÌNH
LÊ THỊ LUẬN – NGUYỄN HỒNG THUẬN

Bài tập

HOẠT ĐỘNG TRẢI NGHIỆM, HƯỚNG NGHIỆP

6

KẾT NỐI TRI THỨC
VỚI CUỘC SỐNG

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 Giám đốc HOÀNG LÊ BÁCH

Biên tập nội dung: NGUYỄN TẤT THẮNG – TẠ HOÀI NAM

Thiết kế sách: TRẦN THUỲ DUNG

Trình bày bìa: NGUYỄN BÍCH LA

Minh họa: NGUYỄN THỊ NGỌC THUỶ

Sửa bản in: TRỊNH ĐÌNH DỰNG – PHẠM THỊ TÌNH

Chế bản: CTCP DỊCH VỤ XUẤT BẢN 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 6

Mã số: G3BH6Q001A21

In bản (QĐ), khổ 17 x 24cm.

Đơn vị in địa chỉ

Cơ sở in địa chỉ

Số ĐKXB: 186-2021/CXBIPH/3-74/GD

Số QĐXB: / QĐ-GD ngày ... tháng ... năm

In xong và nộp lưu chiểu tháng năm

Mã số ISBN: 978-604-0-25638-6

LỜI NÓI ĐẦU

Bài tập Hoạt động trải nghiệm, hướng nghiệp 6 được thiết kế theo trình tự các chủ đề trong sách giáo khoa *Hoạt động trải nghiệm, hướng nghiệp 6* với nhiều dạng nhiệm vụ khác nhau: 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 những nhiệm vụ trong sách sẽ giúp các em:

- Vận dụng, củng cố, kiểm nghiệm những tri thức mới, kinh nghiệm mới đã lĩnh hội được qua các hoạt động trải nghiệm trên lớp cũng như hoạt động trải nghiệm ở gia đình, cộng đồng và xã hội. Trên cơ sở đó, rèn luyện một số kỹ năng cần thiết và phù hợp với khả năng của học sinh lớp 6 như: kỹ năng tư duy, kỹ năng lập và thực hiện kế hoạch, kỹ năng giải quyết vấn đề, kỹ năng điều chỉnh và rèn luyện hành vi, kỹ năng sinh tồn, kỹ năng đánh giá, hình thành thói quen tích cực,...
- Lưu lại những kiến thức, kỹ năng các em đã học và rèn luyện được qua mỗi chủ đề dưới dạng các nhiệm vụ sẽ giúp các em có cơ sở để tự đánh giá và đánh giá quá trình hoạt động trải nghiệm.

Hi vọng rằng, cuốn *Bài tập Hoạt động trải nghiệm, hướng nghiệp 6* sẽ trở thành người bạn đồng hành thân thiết và mang đến cho các em nhiều trải nghiệm lí thú, bổ ích trên chặng đường đầu tiên của cuộc hành trình ở cấp Trung học cơ sở.

MỤC LỤC

Trang

CHỦ ĐỀ 1: EM VỚI NHÀ TRƯỜNG

1. Lớp học mới của em	6
2. Truyền thống trường em.....	7
3. Điều chỉnh bản thân cho phù hợp với môi trường học tập mới	8
4. Em và các bạn.....	9

CHỦ ĐỀ 2. KHÁM PHÁ BẢN THÂN

1. Em đã lớn hơn	11
2. Đức tính đặc trưng của em	12
3. Sở thích và khả năng của em	13
4. Những giá trị của bản thân.....	14

CHỦ ĐỀ 3. TRÁCH NHIỆM VỚI BẢN THÂN

1. Tự chăm sóc bản thân.....	16
2. Ứng phó với thiên tai	17

CHỦ ĐỀ 4. RÈN LUYỆN BẢN THÂN

1. Góc học tập của em	20
2. Sắp xếp nơi ở của em.....	21
3. Giao tiếp phù hợp.....	23
4. Chi tiêu hợp lý.....	25

CHỦ ĐỀ 5. EM VỚI GIA ĐÌNH

1. Động viên, chăm sóc người thân trong gia đình	27
2. Giải quyết một số vấn đề nảy sinh trong gia đình	28
3. Em làm việc nhà	29

CHỦ ĐỀ 6. EM VỚI CỘNG ĐỒNG

1. Thiết lập quan hệ với cộng đồng	31
2. Em tham gia hoạt động thiện nguyện	31
3. Hành vi có văn hoá nơi công cộng	32
4. Truyền thống quê em	34

CHỦ ĐỀ 7. EM VỚI THIÊN NHIÊN VÀ MÔI TRƯỜNG

1. Khám phá cảnh quan thiên nhiên	35
2. Bảo tồn cảnh quan thiên nhiên	36
3. Ứng phó với biến đổi khí hậu	37

CHỦ ĐỀ 8. KHÁM PHÁ THẾ GIỚI NGHỀ NGHIỆP

1. Thế giới nghề nghiệp quanh ta	39
2. Khám phá nghề truyền thống ở nước ta	40
3. Trải nghiệm nghề truyền thống	42

CHỦ ĐỀ 9. HIỂU BẢN THÂN – CHỌN ĐÚNG NGHỀ

1. Em với nghề truyền thống	44
2. Em tập làm nghề truyền thống	45
3. Trổ tài chế biến món ăn truyền thống	46

GỢI Ý THỰC HIỆN MỘT SỐ NHIỆM VỤ **48**



EM VỚI NHÀ TRƯỜNG



LỚP HỌC MỚI CỦA EM

1 Đánh dấu X vào ở câu trả lời đúng về những việc nên làm để thiết lập quan hệ thân thiện với bạn bè, thầy cô.

- a/ Cởi mở, hoà đồng với các bạn
- b/ Cảm thông, chia sẻ, giúp đỡ nhau
- c/ Thắng thắn nhưng tế nhị trong góp ý với bạn
- d/ Nói xấu sau lưng bạn
- e/ Khi có mâu thuẫn, cần chủ động tìm hiểu nguyên nhân và có hướng giải quyết tích cực
- g/ Khiêm tốn, lễ phép với thầy, cô giáo
- h/ Chủ động hỏi những gì chưa hiểu hoặc xin lời khuyên, tư vấn của thầy cô khi cần thiết
- i/ Giữ khoảng cách với thầy, cô giáo
- k/ Lắng nghe thầy cô; suy nghĩ tích cực về những góp ý thắng thắn của thầy cô

2 Ngày thứ hai đến trường trung học cơ sở, Lan và Bích gặp Hường ở cổng trường. Lan chào hỏi Hường và Hường đáp lại. Thầy Bích không thể hiện gì, Lan hỏi Bích: "Bạn không nhận ra bạn ấy ở tổ mình à?". Bích trả lời: "Có chứ, nhưng mình không thích phải chào hỏi trước".

Nếu là Lan, em sẽ nói gì với Bích?

3 Bắc và Sơn nhìn thấy thầy dạy Toán của lớp đang đi tới, Bắc rủ Sơn rẽ vào phòng thư viện gần đó để tránh phải chào thầy vì nghĩ rằng thầy chưa thể nhận ra học sinh lớp mình dạy.

Nếu là Sơn, em sẽ làm gì?

.....

.....

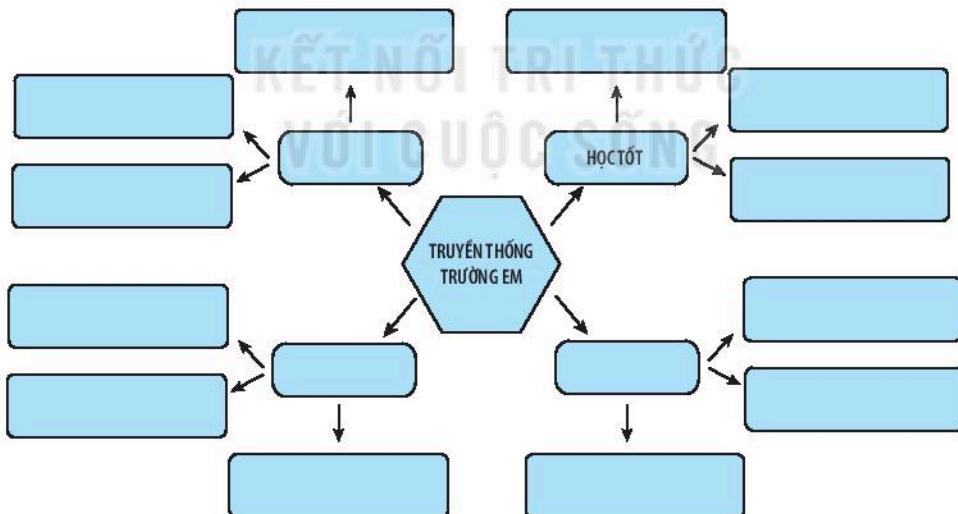
- 4 Em đã thực hiện được những hành động, lời nói như thế nào để thiết lập quan hệ thân thiện với bạn bè? Nếu kết quả và cảm nhận của em.
-
-

- 5 Em đã thực hiện được những hành động, lời nói như thế nào để thiết lập quan hệ thân thiện, kính trọng thầy, cô giáo? Nếu kết quả và cảm nhận của em.
-
-

2

TRUYỀN THỐNG TRƯỜNG EM

- 1 Hãy viết các truyền thống của trường em vào sơ đồ tư duy sau đây:



- 2 Hãy nêu một số truyền thống của trường em và biểu hiện, ý nghĩa của mỗi truyền thống đó.

Tên truyền thống	Biểu hiện và ý nghĩa
Ví dụ: Truyền thống Tôn sư trọng đạo	<p><i>Biểu hiện:</i> Tôn trọng, kính yêu và biết ơn đối với thầy cô ở mọi lúc, mọi nơi; coi trọng và luôn cố gắng làm theo những điều thầy cô dạy.</p> <p><i>Ý nghĩa:</i> Là nét đẹp trong tâm hồn của mỗi người, giúp con người sống có nhân nghĩa, thuỷ chung thể hiện đạo lí làm người.</p>
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

3 Viết ra 3 việc em sẽ làm để phát huy truyền thống tốt đẹp của trường em.

1

2

3



ĐIỀU CHỈNH BẢN THÂN CHO PHÙ HỢP VỚI MÔI TRƯỜNG HỌC TẬP MỚI

1 Phỏng vấn các bạn cùng học lớp 6 hoặc các anh chị lớp trên để tìm hiểu xem họ có những kinh nghiệm gì trong việc thích ứng với môi trường học tập trung học cơ sở mà em có thể áp dụng.

- 2** Trong lớp 6 và trường Hương đang học có rất nhiều bạn mới, anh chị mà Hương chưa biết. Hương chỉ chơi với vài bạn quen từ tiểu học.

Nếu là Hương, em sẽ làm gì?

- 3** Lên lớp 6, Nam nhận thấy cách học của mình như khi còn là học sinh tiểu học không còn phù hợp nữa vì kết quả không được như mong đợi. Nam cảm thấy hoang mang, không biết làm thế nào.

Nếu là Nam, em sẽ làm gì?

- 4** Hãy ghi lại cách em đã rèn luyện để thích ứng với môi trường học tập trung học cơ sở. Em cảm thấy như thế nào khi mình thực hiện được những hành động đó?

- 5** Hãy ghi lại những việc em đã làm để nhận được sự hỗ trợ, tư vấn của cán bộ tâm lí học đường, thầy cô, bạn bè và những người có kinh nghiệm khác khi gặp những vấn đề khó thích ứng. Em cảm thấy như thế nào khi mình thực hiện được những hành động đó?



EM VÀ CÁC BẠN

- 1** Khi có mâu thuẫn với bạn, em thường làm gì?

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

a/ Im lặng, bỏ qua

b/ Gặp bạn nói chuyện để hiểu và thông cảm cho nhau

- c/ Nói xấu sau lưng bạn với các bạn khác
- d/ Trách, mắng bạn
- e/ Lắng nghe bạn nói, đặt mình vào vị trí của bạn để thấu hiểu; đồng thời nói rõ cảm xúc, suy nghĩ của mình về vấn đề xảy ra
- g/ Đánh nhau
- h/ Tìm kiếm sự giúp đỡ của bạn bè và thầy, cô giáo

2 Huệ và Liên cùng chơi với Hà từ khi học ở tiểu học. Vừa vào lớp 6, thấy Hà tỏ ra thân thiết với Huệ hơn, Liên cảm thấy ghen tức, rồi giận Huệ.
Nếu là Huệ, em sẽ làm gì?

3 Từ khi học ở tiểu học, Trung đã là người có ảnh hưởng tới các bạn trong lớp. Trung có thể lôi cuốn và xui khiến các bạn chơi hoặc không chơi với bạn này hay bạn khác. Một hôm, Trung yêu cầu Dương không được chơi với Hiếu vì Hiếu đã làm cho Trung phạt ý.

Nếu là Dương, em sẽ làm gì?

4 Ghi lại và chia sẻ với bạn:

– Những thay đổi của em trong việc giải quyết mâu thuẫn với bạn theo hướng tích cực:

– Em cảm thấy như thế nào khi thực hiện được những thay đổi đó?



KHÁM PHÁ BẢN THÂN



EM ĐÃ LỚN HƠN

- 1 Em hãy nhờ người thân trong gia đình và một vài người hàng xóm nhận xét những thay đổi về hình dáng bên ngoài của em so với khi còn là học sinh tiểu học.

Gợi ý:

- Vóc dáng:
- Sự tự tin:
- Cách ăn mặc:

- 2 Nêu những thay đổi tích cực của bản thân em trong môi trường trung học cơ sở:

- Về trách nhiệm trong học tập, rèn luyện và mơ ước:

.....

- Về cách ứng xử với bạn, gia đình và những người sống quanh em:

.....

- Về những thói quen chưa tích cực em đã thay đổi:

.....

- 3 Ghi lại và chia sẻ với bạn, người thân:

- Những thay đổi tích cực của em trong cuộc sống hằng ngày:

.....

- Cảm xúc của em khi thực hiện được những thay đổi đó:

.....

2

ĐỨC TÍNH ĐẶC TRƯNG CỦA EM

1 Những phương án nào dưới đây phù hợp với suy nghĩ của em khi xác định đức tính đặc trưng của một người?

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

- a/ Xem người đó có những tính tốt nào nổi bật
- b/ Những tính tốt đó có thể hiện trong những công việc, hành động mà họ hay làm không
- c/ Những tính tốt đó có thể hiện trong ứng xử của người đó với mọi người trong cuộc sống không
- d/ Những tính tốt đó có thể hiện trong cách giải quyết các tình huống thường gặp hằng ngày không
- e/ Là thói quen cần thay đổi của người đó
- g/ Người đó thể hiện những tính tốt một cách tự nguyện, không cần nhắc nhở

2 Phỏng vấn người thân trong gia đình và những người xung quanh về đức tính đặc trưng của em. Sau đó đối chiếu nhận xét của mọi người với tự nhận thức về đức tính đặc trưng của mình để khẳng định những đức tính đặc trưng của em. Viết ra những đức tính đặc trưng của em và những điều em thích, tự hào về các đức tính đặc trưng của mình.

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

3 Ghi lại và chia sẻ với bạn:

– Những đức tính em đang rèn luyện trong cuộc sống hằng ngày:

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

– Cảm nhận của em khi rèn luyện những đức tính đó:

.....

3

SỞ THÍCH VÀ KHẢ NĂNG CỦA EM

1 Những ý kiến nào dưới đây phù hợp với suy nghĩ của em về sở thích?

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

- a/ Sở thích là điều mỗi người thích làm, có thể là đam mê
- b/ Sở thích khác nhau của mỗi người làm nên sự đa dạng
- c/ Sở thích khác nhau làm cho con người phát triển những nét riêng của mình
- d/ Sở thích khác nhau làm nên sự độc đáo của mỗi người
- e/ Sở thích khác nhau làm nên sự phong phú cho xã hội
- g/ Mọi sở thích cá nhân đều được tôn trọng

2 Phát hiện và nêu sở thích của em:

– Em hãy hỏi người thân trong gia đình và những người sống xung quanh xem em đã thể hiện những sở thích nào. Trong đó, sở thích nào không lành mạnh? Nếu em không đồng ý với ý kiến nào đó về sở thích không lành mạnh của mình, hãy phân tích xem sở thích đó có ảnh hưởng đến lợi ích chung của cộng đồng và người khác hay không.

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

– Đối chiếu nhận xét của mọi người với tự nhận thức về sở thích của bản thân để khẳng định những sở thích của em.

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

3 Phát hiện và nêu khả năng của bản thân:

– Nêu những việc, những hoạt động trong cuộc sống hằng ngày ở nhà và ở trường mà em luôn tự tin khi thực hiện và hoàn thành dễ dàng.

.....
.....

- Xác định khả năng, năng khiếu (khả năng đặc biệt, nổi trội) của em, bao gồm cả khả năng học tập các môn học.
-
-

- Em tự tin, tự hào về những khả năng nào của bản thân?
-
-

4 Xác định một số biện pháp nuôi dưỡng sở thích và phát triển khả năng của bản thân.

.....

.....

4

NHỮNG GIÁ TRỊ CỦA BẢN THÂN

1 Những ý kiến nào dưới đây phù hợp với suy nghĩ của em về giá trị của cá nhân?

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

a/ Là phẩm chất mà người đó có, được thể hiện qua thái độ,

hành động, hành vi

b/ Là điều có ý nghĩa, quan trọng đối với bản thân người đó

c/ Là điều mà người đó thấy quý giá, cần phải bảo vệ và giữ gìn,

tôn trọng và theo đuổi

d/ Là điều mà người đó tin và sẽ định hướng, chi phối mọi

hành động của người đó trong cuộc sống

e/ Là những chuẩn mực chung được xã hội quy định

2 Nhờ người thân trong gia đình và những người hiểu em đưa ra những nhận xét về giá trị của em.

.....

.....

.....

– Xác định giá trị của bản thân qua suy ngẫm về:

+ Điều mà em cho là có ý nghĩa, quan trọng đối với mình:

.....
.....

+ Điều em cho là quý giá, cần phải bảo vệ, giữ gìn và theo đuổi:

.....
.....

+ Những điều định hướng, chi phối mọi hành động của em:

.....
.....

+ Những phẩm chất mà em đã có:

.....
.....

– Đối chiếu nhận xét của mọi người với tự nhận thức về giá trị của bản thân để khẳng định những giá trị của em:

.....
.....

– Em tự hào về những giá trị nào của bản thân?

.....
.....

3 Nêu suy nghĩ của em đối với quan điểm “Mỗi người có những giá trị chung và giá trị riêng cần được tôn trọng” bằng cách viết ra ý kiến của mình.

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

4 Hãy ghi lại các hành động, việc làm thể hiện những giá trị của em trong cuộc sống hằng ngày.

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



TRÁCH NHIỆM VỚI BẢN THÂN



TỰ CHĂM SÓC BẢN THÂN

1 Em đã làm được những việc gì để tự chăm sóc bản thân?

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

a/ Tập thể dục hằng ngày

b/ Vệ sinh cá nhân sạch sẽ

c/ Ăn uống vệ sinh, phù hợp, đảm bảo sức khoẻ

d/ Có chế độ ngủ, nghỉ hợp lí

e/ Phân bổ thời gian hợp lí cho học tập, lao động giúp gia đình, rèn luyện sức khoẻ và vui chơi, giải trí

g/ Lạc quan, suy nghĩ tích cực

h/ Biết giải toả nỗi buồn, sự khó chịu

i/ Lựa chọn quần áo, trang phục phù hợp

k/ Rèn luyện tư thế đi, đứng, ngồi phù hợp

l/ Thay đổi những thói quen chưa phù hợp trong việc chăm sóc bản thân

2 Phỏng vấn người thân trong gia đình và những người sống xung quanh xem em cần phát huy và khắc phục điều gì để chăm sóc bản thân tốt hơn.

– Điểm cần phát huy:

.....

– Điểm cần khắc phục:

.....

3 Minh là một học sinh giỏi của lớp. Bài kiểm tra môn Toán lần này của Minh bị điểm dưới trung bình. Minh cảm thấy rất buồn và nuối tiếc.

Nếu là bạn của Minh, em sẽ khuyên bạn như thế nào?

- 4 Do ăn nhiều thức ăn chế biến sẵn nên Tiến có thân hình của người béo phì. Bác sĩ đã tư vấn cho Tiến là cần giảm ăn đồ nhiều dầu mỡ và chế biến sẵn, đồng thời phải tập thể dục hằng ngày, nhưng nhiều khi Tiến không thể cưỡng lại sự cám dỗ của những đồ ăn khoái khẩu và vẫn lười tập thể dục.

Nếu là Tiến, em sẽ làm gì?

- 5 Bước vào môi trường trung học cơ sở, do yêu cầu và phương pháp học tập ở lớp 6 khác nhiều so với cấp Tiểu học, nên Nam luôn cảm thấy căng thẳng.

Nếu là Nam, em cần làm gì?

- 6 Viết ra mục tiêu chăm sóc bản thân của em về các khía cạnh sau:

– Sức khoẻ thể chất:

– Sức khoẻ tinh thần:

– Hình dáng, vẻ bề ngoài:



ỨNG PHÓ VỚI THIÊN TAI

- 1 Hãy viết các dấu hiệu đặc trưng của một số loại thiên tai dưới đây:

– Bão:

- Lũ:
-
- Lụt:
-
- Sạt lở đất:
-
- Hạn hán:
-
- Mưa đá:
-

2 Đánh dấu X vào ở những phương án em chọn.

1. Nên làm gì khi biết bão cấp độ nguy hiểm sắp tràn về địa phương?

- a/ Gia cố nhà cửa, cây cối, chuồng nuôi gia súc, gia cầm
- b/ Ở yên trong nhà, không ra ngoài
- c/ Nếu ở nơi trũng, có nguy cơ ngập thì cần chuẩn bị sẵn sàng để di chuyển người và tài sản cần thiết lên chỗ an toàn khi có lệnh sơ tán

2. Nên làm gì khi phát hiện có hiện tượng động đất (đổ đạc bị rung lắc dữ dội)?

- a/ Nhanh chóng chạy ra khỏi nhà
- b/ Nhanh chóng tìm chỗ trú trong nhà (như gầm bàn, gầm giường,...)
- c/ Ngồi yên tại chỗ trong nhà

3. Nên làm gì khi đang đi ngoài đường, bất ngờ xảy ra động, sét?

- a/ Chạy nhanh đến gốc cây to để đứng trú
- b/ Tránh xa, không đứng trú ở nơi có vật bằng kim loại hoặc cột điện
- c/ Chạy nhanh đến nơi có nhà cửa gần nhất để đứng trú

4. Nên làm gì khi gặp nước lũ dâng cao và chảy xiết?

- a/ Lội qua chỗ nước lũ đang dâng cao và chảy xiết
- b/ Tìm thuyền/ bè/ mảng để vượt qua chỗ nước lũ đang dâng cao và chảy xiết
- c/ Tìm chỗ an toàn, chờ cho nước lũ rút

5. Nên làm gì khi nhận được cảnh báo sắp có mưa lớn kéo dài, có thể gây ngập lụt ở địa phương?

- a/ Cùng gia đình chuẩn bị tích trữ lương thực, thực phẩm, nước sạch
- b/ Ở yên trong nhà, đóng chặt cửa sổ, cửa ra vào
- c/ Chuyển đồ đạc và các vật dụng cần thiết lên chỗ cao nhất trong nhà

6. Nên làm gì khi biết được nguy cơ sạt lở đất ở khu vực gia đình đang sinh sống?

- a/ Nhanh chóng di chuyển ra khỏi khu vực có nguy cơ sạt lở đất
- b/ Gia cố lại nền móng, nhà cửa cho vững chắc
- c/ Chuẩn bị sẵn vật dụng cần thiết để chống sạt lở đất

3 Hãy nêu hành động tự bảo vệ bản thân của em khi gặp mỗi tình huống thiên tai dưới đây:

- Bão:
-
- Lũ:
-
- Lụt:
-
- Sạt lở đất:
-
- Dông, sét:
-

4 **Ghi lại và chia sẻ với bạn về:**

- Những việc em đã làm để đảm bảo an toàn khi thiên tai xảy ra:
.....
.....

- Những hành động em đã rèn luyện để tự bảo vệ bản thân trong một số tình huống thiên tai hay xảy ra ở địa phương:
.....
.....



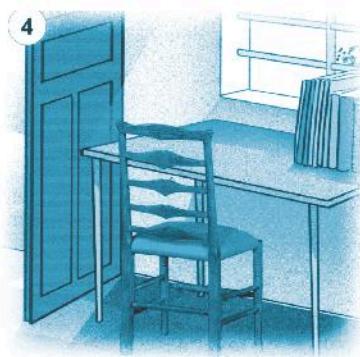
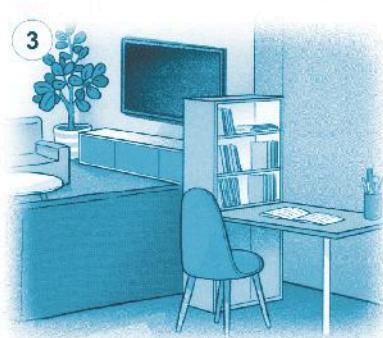
RÈN LUYỆN BẢN THÂN



GÓC HỌC TẬP CỦA EM

- 1 Viết ra cách em đã sắp xếp góc học tập của em.

- 2 Em hãy tham khảo cách sắp xếp góc học tập trong các hình dưới đây và tùy vào điều kiện thực tế của gia đình để đưa ra ý tưởng thiết kế góc học tập của mình. Nếu không thiết kế được trên bản vẽ, em hãy viết đoạn văn ngắn thuyết minh cách thiết kế góc học tập của em.



3 Thực hành ở gia đình và ghi lại:

- Em hãy quan sát góc học tập của em để nêu:
+ Những điểm hợp lí, khoa học trong cách sắp xếp góc học tập của em:

.....

- + Những điểm chưa hợp lý, chưa khoa học trong cách sắp xếp góc học tập của em:

.....

- + Cách khắc phục:

.....

- Trao đổi, chia sẻ và xin ý kiến nhận xét của bố mẹ/ người thân:



SẮP XẾP NƠI Ở CỦA EM

1 Mô tả cách sắp xếp nơi sinh hoạt cá nhân của em:

.....

Tự nhận xét về nơi sinh hoạt cá nhân của em:

2 Hãy xác định những việc em sẽ làm để nơi sinh hoạt cá nhân của em luôn ngắn nắp, gọn gàng theo gợi ý sau:

Mình có những đồ dùng cá nhân nào?

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

Mình nên sắp xếp những đồ dùng cá nhân như thế nào cho phù hợp với nơi sinh hoạt cá nhân mà gia đình đã bố trí cho mình?

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

Hằng ngày, mình cần làm những việc gì để nơi sinh hoạt cá nhân của mình luôn ngắn nắp, gọn gàng?

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

3 Quan sát, chia sẻ, xin ý kiến ở gia đình và ghi lại:

– Em hãy quan sát nơi sinh hoạt cá nhân của mình để nêu:

+ Những điểm em thấy hài lòng trong cách sắp xếp:

.....

+ Những điểm em thấy chưa hài lòng:

.....

+ Cách khắc phục những điểm chưa hài lòng:

.....

– Trao đổi, chia sẻ và xin ý kiến nhận xét của bố mẹ/ người thân:

.....

.....

4 Sắp xếp nơi sinh hoạt cá nhân của em ngắn nắp, gọn gàng, thuận tiện cho việc sử dụng.

GIAO TIẾP PHÙ HỢP

1 Nêu những điều em đã thực hiện được trong các tình huống giao tiếp hằng ngày.

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

- a/ Chào hỏi, thể hiện sự vui vẻ, thân thiện
 - b/ Sử dụng phối hợp các ngôn ngữ giao tiếp
 - c/ Thể hiện thái độ tôn trọng, luôn lắng nghe khi người khác nói
 - d/ Nói lời lịch sự, tế nhị
 - e/ Nói lời chia sẻ, cảm thông
 - g/ Nói lời chân thành, thiện chí
 - h/ Nói lời khích lệ, động viên tạo sự tự tin
 - i/ Không thể hiện thái độ, lời nói, hành vi làm tổn thương người khác
 - k/ Nói lời lỗ phép với người lớn
 - l/ Nói lời cảm ơn khi được động viên, giúp đỡ
 - m/ Nói lời xin lỗi khi làm phiền hoặc có lỗi cho dù người đó ít tuổi
hơn mình
 - n/ Chia sẻ, giúp đỡ người khác trong những trường hợp cần thiết
 - o/ Nói lời chê bai khi thấy không bằng lòng với điều người khác làm

2 Xác định những điều em nên và không nên thực hiện khi giao tiếp với:

Nên:
Không nên:

Ông bà, Nên:
cha mẹ, Không nên:

Thầy,
cô giáo Nên:
Không nên:

Bạn bè

Nên:

Không nên:

Em nhỏ

Nên:

Không nên:

3 Lựa chọn cách xử lí tình huống phù hợp

(Đánh dấu X vào ở phương án em chọn)

1. Em đang muốn hỏi thăm đường đến nhà bạn nên ghé vào một quán nước gần đó, nhưng người bán nước đang bận nói chuyện với khách. Em sẽ làm gì?

- a/ Ngắt lời người bán nước và hỏi luôn
- b/ Chờ người bán nước nói chuyện xong mới hỏi thăm
- c/ Chờ lâu nên xin lỗi ngắt ngang để hỏi thăm
- d/ Tìm người khác để hỏi

2. Em đang đi cùng bạn trên đường về nhà thì gặp bác hàng xóm, có vẻ như bác ấy không nhận ra em. Em sẽ làm gì?

- a/ Không chào, cứ vậy đi qua
- b/ Chỉ chào lúc bác ấy nhận ra em
- c/ Em thể hiện đang chăm chú nói chuyện với bạn và không nhận ra bác
- d/ Lễ phép chào bác

3. Em gặp cô giáo đang trao đổi với một bác phụ huynh ở hành lang tầng một. Em sẽ làm gì?

- a/ Em chỉ chào cô giáo
- b/ Em chỉ chào bác phụ huynh
- c/ Em dừng trước mặt hai người, chào cả cô giáo và bác phụ huynh
- d/ Em xem như không muốn làm phiền hai người và đi lướt qua mà không chào ai cả

4 Hãy viết ra một tình huống em đã thể hiện khi giao tiếp mà em thích nhất.

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

5 Em đã thay đổi cách nói như thế nào để người khác không bị tổn thương?

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

6 Em đã thay đổi cách nói như thế nào để động viên, khích lệ người khác?

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

4

CHI TIÊU HỢP LÍ

1 Theo em, người biết chi tiêu hợp lý có những đặc điểm nào dưới đây?

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

- a/ Chỉ tiêu cho những việc cần thiết
- b/ Có kế hoạch sử dụng tiền mình có
- c/ Luôn chia tiền mình có cho các khoản: 1) chi tiêu cho sinh hoạt; 2) tiết kiệm; 3) chia sẻ, giúp đỡ mọi người
- d/ Không chi tiêu theo sở thích
- e/ Không quan tâm đến giá cả

2 Khi chi tiêu tiền, em đã thực hiện những việc nào dưới đây?

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

- a/ Liệt kê những thứ có nhu cầu mua

- b/ Xác định giá tiền của những thứ muốn mua
- c/ Xác định thứ tự ưu tiên của những thứ muốn mua
- d/ Đổi chiều số tiền mình có với giá của những thứ muốn mua
theo thứ tự ưu tiên xem có thể mua được những gì
- e/ Lựa chọn/ quyết định mua những thứ đó
- g/ Khảo giá các loại đồ muốn mua ở vài nơi để chọn
nơi nào có đồ cùng chất lượng mà giá rẻ nhất thì mua

3 **Ghi lại và chia sẻ với bố mẹ, bạn thân:**

– Em đã thực hiện kế hoạch chi tiêu hợp lý, tiết kiệm như thế nào?

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

– Em đã rèn thói quen chi tiêu hợp lý, tiết kiệm hằng ngày như thế nào?

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



EM VỚI GIA ĐÌNH

5



ĐÔNG VIÊN, CHĂM SÓC NGƯỜI THÂN TRONG GIA ĐÌNH

- 1 Nên hay không nên thể hiện những hành động, lời nói dưới đây để động viên, chăm sóc người thân trong gia đình?

(Đánh dấu X vào ô em chọn)

Hành động, lời nói	Nên	Không nên
a/ Hỏi thăm khi bố mẹ, ông bà có chuyện buồn		
b/ Chúc mừng khi người thân đạt được thành công		
c/ Chăm sóc, giúp đỡ em nhỏ trong nhà		
d/ Nói với ông bà, bố mẹ là em rất yêu họ		
e/ Hỏi bố mẹ xem em có thể giúp bố mẹ làm việc nhà nào không		
g/ Tự làm món quà, thiệp tặng ông bà, bố mẹ nhân dịp ngày lễ hoặc sinh nhật		
h/ Hỏi thăm xem ông bà có khoẻ không		
i/ Hỏi thăm bố mẹ đi làm có mệt không		
k/ Trách mắng khi người thân làm điều gì sai		

- 2 Đi học về, em không thấy ông chăm sóc cây cảnh như mọi khi, bố mẹ đi làm chưa về. Vào phòng ông, em thấy ông đang bị mệt nằm trên giường.

Khi đó, em sẽ làm gì?

.....

.....

- 3 Em sẽ làm gì khi thấy chị gái em đi học về với vẻ mặt buồn rầu?

.....

.....

4 Em sẽ làm gì khi nghe thấy bà nói rằng bà khát nước?

5 Hãy tìm hiểu các bạn sống quanh em thường thể hiện hành động, lời nói động viên, chăm sóc người thân trong gia đình như thế nào rồi so sánh với cách thể hiện của em để có thể học thêm những kinh nghiệm tốt.

6 Viết và trang trí một câu nói em thích nhất để động viên người thân.



2

GIẢI QUYẾT MỘT SỐ VẤN ĐỀ NẨY SINH TRONG GIA ĐÌNH

1 Khi có vấn đề nảy sinh trong gia đình, em nên và không nên làm gì để giải quyết vấn đề?

(Đánh dấu X vào ô em chọn)

Nội dung	Nên làm	Không nên làm
a/ Nhẹ nhàng khuyên bảo nhau		
b/ Tranh cãi gay gắt		
c/ Thờ ơ trước các tình huống nảy sinh trong gia đình		
d/ Lắng nghe ý kiến của mọi người và cùng nhau giải quyết vấn đề		
e/ Quan tâm tìm hiểu các vấn đề nảy sinh trong gia đình và bàn bạc tìm cách giải quyết		
g/ Kiêm chế tức giận khi gặp vấn đề cần giải quyết		
h/ Trao đổi góp ý khi người thân có thói quen chưa tốt		

2 Em trai của Liên do không cẩn thận đã làm giây bẩn lên bức tranh Liên vẽ. Liên đã tức giận mắng em, sau đó không nói chuyện với em suốt mấy ngày.

Em hãy đưa ra lời khuyên cho Liên trong trường hợp trên.

- 3** *Hằng thường trốn đi chơi khi bố mẹ cãi nhau vì không muốn chứng kiến cảnh đó.*

Em hãy đưa ra lời khuyên cho Hằng trong trường hợp trên.

- 4** *Gần đây bố mẹ Hà rất bận rộn, cả gia đình có rất ít thời gian bên nhau.*

Nếu là Hà, em sẽ làm gì?

- 5** *Em sẽ làm gì để gia đình em luôn có không khí vui vẻ, đầm ấm và hoà thuận?*
-
-

- 6** *Hãy tìm hiểu xem các bạn sống quanh em thường làm gì khi giải quyết các vấn đề nảy sinh trong gia đình. So sánh với cách giải quyết của gia đình mình để có thể học thêm những kinh nghiệm tốt.*



EM LÀM VIỆC NHÀ

- 1** *Học sinh lớp 6 cần chủ động, tự giác làm những việc gì để giúp đỡ gia đình?*

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

- a/ Quét dọn, lau chùi nhà cửa
- b/ Nấu cơm, rửa bát
- c/ Giặt, phơi quần áo
- d/ Chăm sóc cây trồng và vật nuôi trong nhà
- e/ Đi chợ mua thực phẩm cho bữa cơm gia đình
- g/ Đưa, đón em đi học gần nhà (nếu có em)
- h/ Sắp xếp đồ đạc trong nhà gọn gàng, ngăn nắp
- i/ Chăm sóc khi người thân trong gia đình ốm đau
- k/ Khuân vác các đồ dùng rất nặng

- 2** Em tán thành hay không tán thành những ý kiến/ việc làm dưới đây?
 (Đánh dấu X vào ô em chọn)

Hành động, việc làm	Tán thành	Không tán thành
a/ Hà cho rằng, làm việc nhà là trách nhiệm của người lớn trong gia đình		
b/ Theo Kim, trẻ em có bổn phận làm những việc nhà phù hợp với khả năng		
c/ Minh cho rằng, trẻ em cần làm tốt việc nhà khi có mặt và cả khi vắng mặt người lớn		
d/ An ăn cơm xong phải để mẹ nhắc nhiều lần mới đi rửa bát		
e/ Ngày nào đi học về, Mai cũng nấu cơm và trông em giúp bố mẹ		
g/ Mỗi khi mẹ nấu cơm, Nam luôn chủ động vào bếp nhặt và rửa rau giúp mẹ		
h/ Mai chỉ làm việc nhà khi bố mẹ nhắc nhở		
i/ Sáng nào ngủ dậy, Hải cũng gấp chăn màn gọn gàng		
k/ Kiên thường lấy lí do học bài để không phải làm việc nhà		

- 3** Em sẽ làm gì khi đi học về, thấy mẹ đang nấu cơm, em gái em thì đòi mẹ bế đi chơi?
-
-

- 4** Em sẽ làm gì khi thức dậy vào sáng Chủ nhật thì thấy mẹ đang chuẩn bị bữa sáng, bố đang cho gà ăn, chị gái đang lau nhà?
-

- 5** Em hãy nhờ bố/ mẹ hướng dẫn làm một món ăn mà em thích, ghi lại và thực hiện theo mẫu sau:

Tên món ăn	Nguyên liệu cần thiết	Cách làm	Thời gian thực hiện	Kết quả



EM VỚI CỘNG ĐỒNG



THIẾT LẬP QUAN HỆ VỚI CỘNG ĐỒNG

- 1 Nêu 5 việc cần làm để thiết lập mối quan hệ với cộng đồng.

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5

- 2 Em sẽ làm gì khi cạnh nhà em có một bà cụ bị ốm, con cháu cụ đều ở xa chưa về kịp?

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

- 3 Hôm nay em tham gia câu lạc bộ nấu ăn của trường (thành viên câu lạc bộ là các bạn, anh chị lớp khác em mới gặp lần đầu), em sẽ làm gì?

.....
.....



EM THAM GIA HOẠT ĐỘNG THIỆN NGUYỆN

- 1 Hoạt động nào dưới đây là hoạt động thiện nguyện?

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

- a/ Tặng lương thực, thực phẩm cho người ở vùng bị lũ lụt
- b/ Chữa bệnh miễn phí cho người nghèo
- c/ Hiến máu nhân đạo
- d/ Tặng quà cho học sinh giỏi
- e/ Mua vé xem ca nhạc do người khiếm thị biểu diễn
- g/ Giúp đỡ người già neo đơn
- h/ Dắt người già, em nhỏ qua đường

- i/ Tham gia các hoạt động gây quỹ ủng hộ người có hoàn cảnh khó khăn
- k/ Tổ chức các buổi biểu diễn ca nhạc
- l/ Trồng rau, nuôi gà giúp gia đình
- m/ Tham gia quét dọn vệ sinh đường làng, ngõ xóm vào ngày cuối tuần

2 Viết nội dung phù hợp vào các ô trong bảng sau:

Người cần giúp đỡ	Những khó khăn của họ	Những việc em có thể làm để giúp đỡ họ	Ý nghĩa của những việc em làm
Người già neo đơn
Người khiếm thị
Người nghèo vùng bị lũ lụt

3 Gần nhà Hải có một gia đình bác thương binh có hai con đều bị nhiễm chất độc màu da cam, cuộc sống rất khó khăn, chật vật.

Nếu là Hải, em sẽ làm gì để giúp gia đình đó?

.....



HÀNH VI CÓ VĂN HÓA NƠI CÔNG CỘNG

1 Những hành vi/ việc làm dưới đây là nên hay không nên làm?

(Đánh dấu X vào ô em chọn và giải thích tại sao)

Hành vi/ việc làm	Nên	Không nên	Giải thích
a/ Hà hay nói chuyện hoặc làm việc riêng trong thư viện			
b/ Kiên luôn nhường ghế cho người già, em nhỏ, phụ nữ mang thai, người khuyết tật khi đi xe buýt			

c/ Trong giờ sinh hoạt dưới cờ, nhóm của Lan thường xuyên nói chuyện, cười đùa			
d/ Mạnh và các bạn trong xóm đi bóc những tờ quảng cáo dán ở các cột điện, bức tường của khu phố nhà Mạnh			

- 2 Lan và em gái đi chơi trong công viên. Nhìn thấy những bông hồng đỏ rực, lung linh dưới nắng, em gái rủ Lan vào hái hoa.

Nếu là Lan, em sẽ làm gì?

.....

- 3 Minh và các bạn đang xem phim trong rạp. Phía trước Minh có hai bạn vừa xem phim vừa bàn luận rất to.

Nếu là Minh, em sẽ làm gì?

.....

- 4 Hồng đi siêu thị mua một số thứ cần dùng. Sau khi chọn xong, ra quầy thanh toán, Hồng thấy đông người đang xếp hàng chờ thanh toán.

Nếu là Hồng, em sẽ làm gì?

.....

- 5 Liên đi bộ trên vỉa hè, muốn vứt vỏ bánh vừa ăn xong mà không nhìn thấy thùng rác nào quanh đấy.

Nếu là Liên, em sẽ làm gì?

.....

- 6 Hãy ghi lại những hành vi có văn hoá em đã thực hiện ở nơi công cộng trong một tuần:

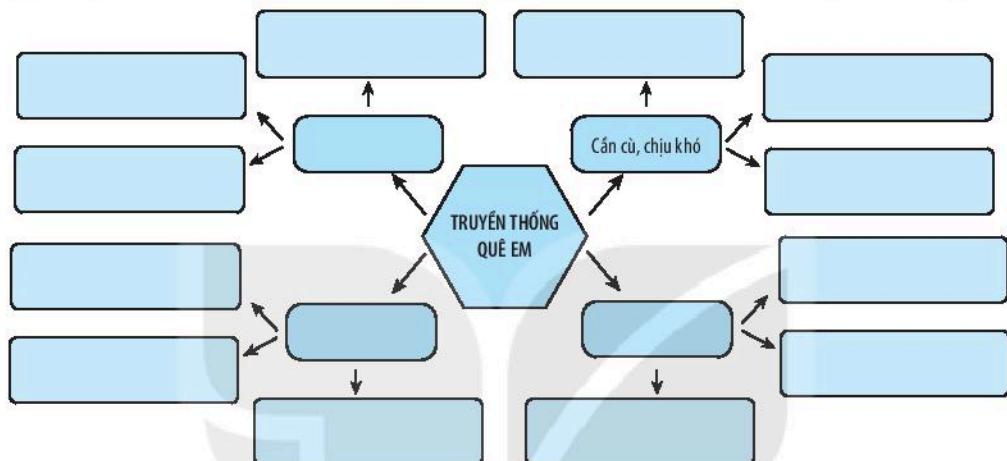
Ngày	Địa điểm công cộng	Hành vi em đã thực hiện
Thứ Hai
Thứ Ba
Thứ Tư
Thứ Năm
Thứ Sáu

Thứ Bảy
Chủ nhật



TRUYỀN THỐNG QUÊ EM

- 1 Hãy viết các truyền thống của quê em vào sơ đồ tư duy dưới đây:



- 2 Chọn một truyền thống của quê hương mà em thích nhất và nêu 3 việc em có thể làm để phát huy truyền thống đó:

- Tên truyền thống:
- Các việc làm:
.....
.....

- 3 Nếu em có một người bạn từ nơi xa đến chơi, bạn muốn biết về một truyền thống của quê em, em sẽ giới thiệu truyền thống gì? Hãy viết nội dung cho phần giới thiệu của em theo gợi ý sau:

- Tên truyền thống:
- Truyền thống đó được thực hiện như thế nào?
.....
.....
- Đặc điểm nổi bật của truyền thống đó:
.....
.....
- Ý nghĩa của truyền thống đó:
.....
.....



EM VỚI THIÊN NHIÊN VÀ MÔI TRƯỜNG

7



KHÁM PHÁ CẢNH QUAN THIÊN NHIÊN

- 1 Đánh dấu X vào tương ứng với những phong cảnh thiên nhiên có ở quê hương em.

- a/ Kênh rạch, sông ngòi chằng chịt
- b/ Địa hình cao, các dãy núi xen kẽ thung lũng, sông
- c/ Bờ biển trải dài với nhiều bãi biển cát trắng
- d/ Rừng nguyên sinh với nhiều động vật hoang dã
- e/ Rừng tràm/ rừng dừa
- g/ Ruộng bậc thang
- h/ Rừng phòng hộ và ngập mặn ven biển
- i/ Hang động
- k/ Cánh đồng lúa
- l/ Thác nước
- m/ Suối
- n/ Hồ tự nhiên

- 2 Kể tên một số tác phẩm thơ, văn, bài hát ca ngợi vẻ đẹp thiên nhiên quê hương mà em biết.

.....

.....

.....

.....

- 4 Ghi lại cảm xúc của em về cảnh quan thiên nhiên tươi đẹp ở nơi em sống.

.....

2

BẢO TỒN CẢNH QUAN THIÊN NHIÊN

1 Đánh dấu X vào ở những phương án em chọn.

1. Trong những hành động sau, hành động nào góp phần bảo tồn cảnh quan thiên nhiên?

- a/ Ngăn chặn việc săn bắt các động vật hoang dã
- b/ Bảo vệ các loài động vật, thực vật sống trong các khu rừng
- c/ Khai thác những cây gỗ quý, cây cổ thụ trong rừng nguyên sinh
- d/ Xả nước thải chưa qua xử lí ra sông
- e/ Nuôi nhốt gấu để lấy mật

2 Em có thể làm được những việc gì để góp phần bảo tồn cảnh quan thiên nhiên?

- a/ Làm tuyên truyền viên nhỏ tuổi để vận động mọi người không chặt phá rừng bừa bãi và không săn bắt động vật hoang dã
- b/ Không vứt rác bừa bãi ở nơi công cộng, bãi biển, sông hồ, khu du lịch,...
- c/ Tham gia trồng cây gây rừng và chăm sóc rừng
- d/ Tự giác thực hiện nội quy hoặc quy định ở những khu bảo tồn thiên nhiên
- e/ Truy tìm và bắt những kẻ phá rừng bừa bãi

2 Nhà Nam ở gần bãi biển. Hôm nào Nam cũng cùng bố ra tắm biển khi bình minh đang lên. Sáng sớm nay, vừa ra đến bãi biển, Nam đã nhìn thấy nhiều con sao biển vẫn còn sống bị mắc cạn trên bãi cát.

Nếu là Nam, em sẽ làm gì?

.....
.....

3 Lớp Hưng được nhà trường tổ chức cho đi tham quan khu bảo tồn thiên nhiên. Mọi người đều thích thú trước cảnh vật ở đây. Bỗng Linh nhìn thấy một cây hoa nhỏ trông khác lạ, rất đẹp. Trong lúc không ai để ý, Linh rủ Hưng nhổ cây đó đem về nhà trồng.

Nếu là Hưng, em sẽ nói gì với Linh?

4 Tham gia bảo tồn cảnh quan thiên nhiên ở nơi em sống và ghi lại:

– Những việc em đã làm:

– Cách em thực hiện:

5 Viết một đoạn văn ngắn để tuyên truyền, vận động những người sống quanh em tham gia bảo tồn cảnh quan thiên nhiên.

6 Ghi lại những việc em đã làm để góp phần bảo tồn cảnh quan thiên nhiên và cảm xúc của em khi làm được những việc đó.



ỨNG PHÓ VỚI BIẾN ĐỔI KHÍ HẬU

1 Ghi lại những ảnh hưởng của biến đổi khí hậu đối với sức khoẻ con người.

- 2** Nếu nhà em ở gần trường học hoặc gần bến xe buýt, em nên thực hiện hành động nào sau đây khi đi học để góp phần giảm thiểu biến đổi khí hậu?

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

- a/ Đi bộ đến trường
- b/ Đi học bằng xe buýt
- c/ Để bố, mẹ/ người thân chở đi học bằng xe máy
- d/ Đi xe đạp đến trường

- 3** Nhà Đông ở một làng quê Bắc Bộ. Cứ mỗi mùa gặt xong, người dân trong làng thường đốt rơm rạ ngay trên cánh đồng, gây khói mù mịt cả một khu vực lớn. Bố mẹ Đông cũng làm như vậy.

Nếu là Đông, em sẽ nói với bố mẹ như thế nào?

.....
.....

- 4** Nhà Minh ở một huyện vùng cao, có nhiều khu rừng già. Nhiều người thấy đây là nơi xa xôi, hẻo lánh nên đã đốt phá rừng để làm nương rẫy. Thấy vậy, bác Bình đã đến nhà Minh rủ bố mẹ Minh vào rừng phát cây, đốt rừng làm nương rẫy.

Nếu là Minh, em sẽ nói gì với bác Bình và bố mẹ?

.....
.....

- 5** Ghi lại và chia sẻ với bạn hành động, việc làm em đã thực hiện ở gia đình, cộng đồng để góp phần giảm thiểu biến đổi khí hậu.
-
.....

- 6** Viết một đoạn văn ngắn để tuyên truyền, vận động những người sống quanh em hành động góp phần giảm thiểu biến đổi khí hậu.
-
.....
.....
.....
.....



THẾ GIỚI NGHỀ NGHIỆP QUANH TA

- 1 Viết những nghề em biết và những nghề đang có ở nơi em sống vào chỗ trống dưới đây:

– Những nghề em biết:

.....
.....

– Những nghề đang có ở nơi em sống:

.....
.....

- 2 Kể lại những điều em biết về một nghề cụ thể.

.....
.....

- 3 Mai nói với Liên: "Cô Hồng hàng xóm nhà tớ làm công nhân môi trường đô thị. Hôm nào cô cũng phải đi làm đến khuya mới về. Tớ không thích công việc của cô ấy".

Em có nhận xét gì về thái độ của Mai đối với công việc của cô Hồng? Nếu là Liên, em sẽ nói gì với Mai?

.....
.....

- 4 Lâm có bác làm ở ngân hàng. Lâm cho rằng, làm ngân hàng thì mới có nhiều tiền, không phải lao động vất vả. Vì vậy, Lâm rất ngưỡng mộ bác và mong muốn sau này cũng sẽ được làm nghề đó.

Em có đồng tình với suy nghĩ và thái độ của Lâm không? Vì sao?

.....
.....

- 5 Tìm hiểu thế giới nghề nghiệp theo cách phù hợp với khả năng, điều kiện của em. Với mỗi nghề, em hãy ghi lại kết quả tìm hiểu nghề theo gợi ý sau đây:

- Tên nghề:
- Sản phẩm chủ yếu của nghề:
-
-

- Các hoạt động chủ yếu của nghề:
-
-

- Thái độ, cảm xúc của em đối với nghề:
-



KHÁM PHÁ NGHỀ TRUYỀN THỐNG Ở NƯỚC TA

1 Đánh dấu X vào ở những phương án em chọn.

1. Nghề truyền thống có những hoạt động đặc trưng nào?

- a/ Làm các sản phẩm thủ công bằng đôi bàn tay khéo léo
- b/ Khai thác nguyên liệu có sẵn (như: đất, đá,...) tại địa phương để làm sản phẩm
- c/ Truyền nghề từ những nghệ nhân hoặc người đi trước
- d/ Sử dụng máy móc để thực hiện tất cả các công đoạn làm ra sản phẩm

2. Địa phương em có nghề truyền thống thuộc lĩnh vực nào?

- a/ Lĩnh vực nông nghiệp (ví dụ: nghề trồng lúa, nghề trồng hoa,...)
- b/ Lĩnh vực thủ công nghiệp (ví dụ: nghề làm đồ gốm, nghề làm đồ gỗ thủ công mĩ nghệ, nghề dệt thổ cẩm,...)

3. Nghề truyền thống đem lại những lợi ích gì?

- a/ Góp phần giữ gìn, bảo vệ, phát huy bản sắc văn hoá dân tộc
- b/ Tạo công ăn, việc làm, đem lại thu nhập cho người làm nghề truyền thống
- c/ Làm cho cuộc sống của mọi người ngày càng tiện nghi, đầy đủ hơn
- d/ Góp phần phát triển du lịch cho địa phương, đất nước

2 Em hãy điền kế hoạch tìm hiểu một nghề truyền thống vào chỗ trống dưới đây:

– Tên nghề truyền thống dự định tìm hiểu:

– Mục đích tìm hiểu nghề (Tại sao em tìm hiểu nghề này?):
.....

– Thời gian tìm hiểu nghề: Từ.....đến.....

– Nội dung tìm hiểu nghề (Tìm hiểu những điều gì về nghề truyền thống?):
.....

.....

.....

– Những hoạt động em sẽ tiến hành khi tìm hiểu nghề – cách tiến hành hoạt động (ví dụ: Thu thập thông tin về các hoạt động của nghề bằng cách tra cứu trên Internet; Quan sát các hoạt động của người làm nghề,...):
.....

.....

.....

– Kết quả mong đợi:
.....

.....

.....

3 Ghi nội dung phỏng vấn người làm nghề truyền thống mà em và các bạn trong nhóm đã thiết kế được vào bảng dưới đây:

PHIẾU PHỎNG VẤN

1

2

3

4

5

6

7

8

- 4** Trình bày kết quả tìm hiểu về một nghề truyền thống và những cảm nhận của em về nghề truyền thống đó.



TRẢI NGHIỆM NGHỀ TRUYỀN THỐNG

- 1** Hãy ghi lại những điều em đã tìm hiểu được về nghề truyền thống mà thầy, cô giáo đã tổ chức cho lớp em tham quan.

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

- 2** Hãy mô tả lại công việc của nghề truyền thống em đã được làm khi trải nghiệm nghề:

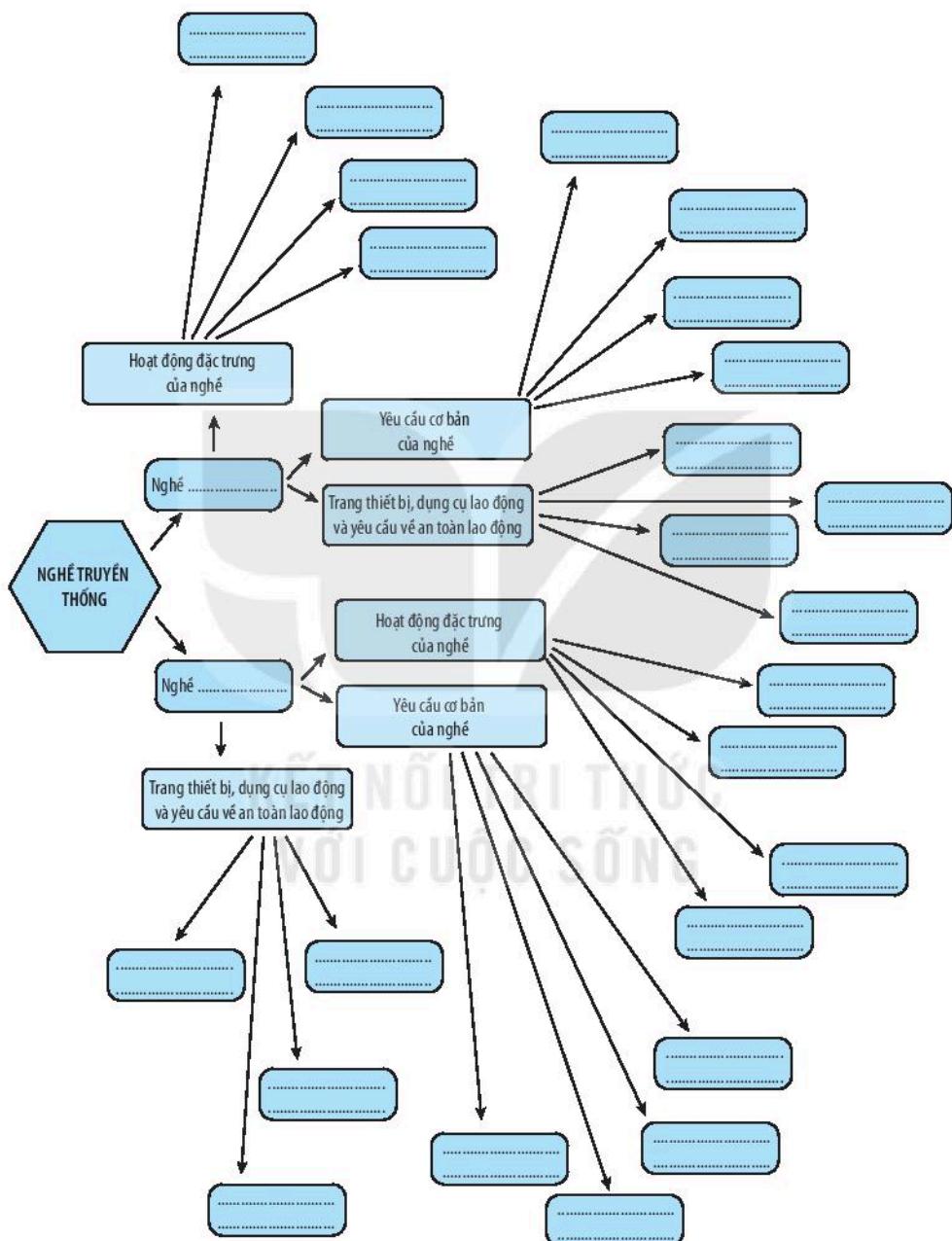
- Tên nghề truyền thống:
- Công việc em đã tham gia làm:
.....
.....
- Cách thức em thực hiện công việc:
.....
.....

- Kết quả thực hiện công việc:
.....
.....

- Nhận xét của người hướng dẫn em làm công việc của nghề truyền thống:
.....
.....

- Cảm nhận và những điều em rút ra được sau khi làm công việc của nghề truyền thống:
.....
.....

- 3 Hãy điền những thông tin em và các bạn trong lớp đã tìm hiểu, khám phá được về nghề truyền thống vào sơ đồ tư duy sau:



- 4 Sưu tầm, tìm hiểu các thông tin, bài viết, tranh ảnh về một nghề truyền thống khác và điền vào sơ đồ tư duy theo mẫu ở nhiệm vụ 3.



Chủ đề
9

HIỂU BẢN THÂN - CHỌN ĐÚNG NGHỀ



1 EM VỚI NGHỀ TRUYỀN THỐNG

1 Đánh dấu X vào ở những phương án em chọn.

1. Em tự nhận thấy mình có những đặc điểm nào sau đây?

- a/ Làm việc chăm chỉ
- b/ Kiên trì
- c/ Quyết tâm làm những công việc yêu thích
- d/ Chịu khó học hỏi
- e/ Thích khám phá những điều mới lạ
- g/ Không ngại khó, ngại lao động chân tay
- h/ Thích những hoạt động thao tác bằng tay chân
- i/ Thích làm những công việc thủ công hoặc chế tạo
- k/ Thích những hoạt động được tương tác với vật dụng, máy móc, cây cối
- l/ Thích những giờ thực hành hơn là những giờ học lý thuyết
- m/ Khéo sử dụng những dụng cụ lao động bằng tay
- n/ Yêu thích những sản phẩm được làm bằng phương pháp thủ công

2. Em tự nhận thấy mình có những khả năng nào sau đây?

- a/ Làm những việc đòi hỏi sự kiên trì
- b/ Sáng tạo những đồ vật theo ý tưởng
- c/ Làm các đồ vật bằng tay (đồ handmade)
- d/ Tiếp thu nhanh khi được học qua làm
- e/ Làm những công việc đòi hỏi sự khéo tay
- g/ Sử dụng các công cụ lao động bằng tay
- h/ Thực hiện tốt các hoạt động thực hành trong môn Công nghệ

2 Nêu những việc em đã chuẩn bị để tập làm nghề truyền thống:

– Tên sản phẩm em lựa chọn làm:

– Học cách làm sản phẩm ở đâu, bằng cách nào?

.....
.....

– Những dụng cụ, nguyên vật liệu cần chuẩn bị để làm sản phẩm:

.....
.....

3 Nêu những việc em đã thực hiện để rèn luyện bản thân theo yêu cầu của nghề truyền thống.

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



EM TẬP LÀM NGHỀ TRUYỀN THỐNG

1 Nêu ý tưởng của em về việc làm sản phẩm nghề truyền thống.

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

2 Nêu các công việc em đã thực hiện khi làm sản phẩm của nghề truyền thống:

– Tên sản phẩm:

– Hình thức làm sản phẩm (cá nhân/ nhóm):

.....

- Những hoạt động em đã thực hiện để làm sản phẩm của nghề truyền thống:

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

- Cách thức trang trí, trình bày sản phẩm của em/ nhóm em:

.....
.....

3 Giới thiệu sản phẩm:

- Sản phẩm em đã làm là sản phẩm của nghề truyền thống:

.....

- Những dụng cụ, nguyên vật liệu đã sử dụng để làm sản phẩm:

.....
.....

- Cách thức làm sản phẩm:

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

- Những bài học rút ra qua trải nghiệm làm sản phẩm nghề truyền thống:

- Về đức tính cần có:

.....

- Về sở thích, khả năng:

.....

4 Qua việc làm sản phẩm của nghề truyền thống, em có cảm nhận như thế nào?

.....
.....



3 TRỒ TÀI CHẾ BIẾN MÓN ĂN TRUYỀN THỐNG

1 Em và các bạn đã chuẩn bị cho việc chế biến món ăn truyền thống như thế nào?

– Những dụng cụ, nguyên liệu nấu ăn nhóm em đã chuẩn bị:

.....
.....

– Em đã tìm hiểu và học cách chế biến món ăn truyền thống bằng cách nào?

.....
.....

2 Giới thiệu với cả lớp về món ăn truyền thống nhóm em đã chế biến, sau đó ghi lại:

– Tên món ăn:

– Cách em và các bạn đã chế biến món ăn truyền thống:

– *Bước 1: Sơ chế* (Dùng dụng cụ nào để sơ chế thực phẩm? Đã làm gì để đảm bảo an toàn khi sử dụng dụng cụ sơ chế thực phẩm? Sơ chế như thế nào?):

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

– *Bước 2: Chế biến* (Dùng dụng cụ nào để chế biến thực phẩm? Đã làm gì để đảm bảo an toàn khi sử dụng dụng cụ chế biến thực phẩm? Chế biến món ăn như thế nào?):

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

– *Bước 3: Trình bày món ăn*:

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

3 Qua việc trổ tài nấu món ăn truyền thống, em có cảm nhận như thế nào?

.....

GỢI Ý THỰC HIỆN MỘT SỐ NHIỆM VỤ

CHỦ ĐỀ 1. EM VỚI NHÀ TRƯỜNG

1 Lớp học mới của em

- Đáp án: a, b, c, e, g, h, k
- Nếu là Lan, em sẽ nói với Bích: "Bích không nên như vậy. Chúng mình học cùng lớp, lại ở cùng một tổ với nhau nên cần chủ động chào hỏi nhau. Đây là việc chúng mình nên làm để thiết lập được mối quan hệ thân thiện với các bạn trong lớp".
- Nếu là Sơn, em sẽ nói với Bắc: "Không nên như vậy. Là học sinh, nếu đã gặp thầy cô, dù thầy cô không dạy lớp mình hay chưa biết mình, thì cũng cần chủ động lễ phép chào hỏi. Đây là việc chúng mình nên làm để thiết lập được mối quan hệ gần gũi, kính trọng đối với thầy cô".

2 Điều chỉnh bản thân cho phù hợp với môi trường học tập mới

- Nếu là Hương, em sẽ mạnh dạn và chủ động làm quen với các bạn mới ở trong lớp, trong trường, chơi hoà đồng, thân thiện với các bạn mới.
- Nếu là Nam, em sẽ nhờ thầy cô và anh chị lớp trên hướng dẫn thêm về phương pháp học tập ở trung học cơ sở.

3 Em và các bạn

- Nếu là Huệ, em sẽ thể hiện thái độ vui vẻ, thân thiện, gần gũi với Liên hơn và nói với Liên: "Cậu hãy tin tưởng mình. Mình lúc nào cũng yêu quý cậu và luôn là bạn thân của cậu".
- Nếu là Dương, em sẽ nhẹ nhàng hỏi Trung lí do vì sao Trung đưa ra lời đề nghị này. Sau khi lắng nghe Trung giải thích, em sẽ nói với Trung: "Mình chia sẻ với tâm trạng của Trung nhưng mình khuyên Trung nên gặp Hiếu để nói chuyện với nhau một cách chân thành, thiện chí. Không nên đánh mất tình bạn của bọn mình".

CHỦ ĐỀ 3. TRÁCH NHIỆM VỚI BẢN THÂN

1 Tự chăm sóc bản thân

- Em sẽ khuyên Minh: "Bạn hãy quên bài kiểm tra lần này đi. Buồn quá sẽ

ảnh hưởng đến sức khoẻ. Ai chẳng có lúc sai. Điều quan trọng là “Thắng không kiêu, bại không nản”. Mình tin là bạn sẽ rút kinh nghiệm và nhanh chóng gỡ được điểm trong những lần kiểm tra sau”.

4. Nếu là Tiến, em sẽ nghe và làm theo lời tư vấn của bác sĩ để có sức khoẻ tốt.
5. Nếu là Nam, em sẽ gặp các anh chị học lớp trên hỏi kinh nghiệm học tập hoặc gặp thầy cô giáo xin tư vấn về cách học tập ở trung học cơ sở.



2 Ứng phó với thiên tai

1. Dấu hiệu đặc trưng của một số loại thiên tai:

- **Bão:** Gió xoáy có sức gió mạnh nhất từ cấp 8 trở lên và có thể có gió giật trong phạm vi rộng kèm theo mưa to đến rất to, có sức phá hoại rất lớn, làm đổ cây cối, nhà cửa,...
- **Lũ:** Nước dâng cao do nước mưa ở vùng đầu nguồn dồn vào dòng sông trong một thời gian ngắn.
- **Lụt:** Nước dâng cao do mưa lũ, triều cường hoặc nước biển dâng gây ra, làm ngập cả một vùng rộng lớn, có thể nhấn chìm nhà cửa, ruộng đồng, cây cối.
- **Sạt lở đất:** Đất, đá bị sạt, trượt, lở do tác động của mưa, lũ hoặc dòng chảy.
- **Hạn hán:** Hiện tượng thiếu nước nghiêm trọng xảy ra trong thời gian dài do không có mưa và cạn kiệt nguồn nước.
- **Mưa đá:** Mưa dưới dạng cục băng hoặc hạt băng có kích thước, hình dạng khác nhau, xảy ra trong thời gian ngắn, kèm theo mưa rào, đôi khi có gió mạnh.

2. Đáp án:

- | | | |
|----------|----------|----------|
| 1 – a, c | 2 – b | 3 – b, c |
| 4 – c | 5 – a, c | 6 – a |

CHỦ ĐỀ 4. RÈN LUYỆN BẢN THÂN



3 Giao tiếp phù hợp

3. Đáp án: 1 – b hoặc c hoặc d tùy hoàn cảnh

- | | |
|-------|-------|
| 2 – d | 3 – c |
|-------|-------|

CHỦ ĐỀ 5. EM VỚI GIA ĐÌNH

1 Động viên, chăm sóc người thân trong gia đình

1. Đáp án: Nên: a, b, c, d, e, g, h, i
Không nên: k
2. Em vào hỏi thăm xem ông bị mệt thế nào và hỏi xem ông cần gì để em giúp.
3. Em nhẹ nhàng hỏi vì sao chị buồn và động viên, an ủi chị.
4. Em đi lấy nước cho bà.

2 Giải quyết một số vấn đề nảy sinh trong gia đình

1. Đáp án: Nên: a, d, e, g, h
Không nên: b, c
2. Liên nên kiềm chế tức giận và nhẹ nhàng nhắc em phải cẩn thận.
3. Hằng nên quan tâm tìm hiểu vấn đề nảy sinh khi bố mẹ cãi nhau và khéo léo góp ý với bố mẹ. Nếu có thể được, Hằng nên có hành động, lời nói hoà giải mâu thuẫn giữa bố mẹ.
4. Nếu là Hà, em nên giúp bố mẹ việc nhà, động viên, chăm sóc bố mẹ bằng hành động, lời nói cụ thể (ví dụ, nói với bố mẹ: "Con yêu bố mẹ. Con muốn cả nhà mình luôn quây quần bên nhau").

3 Em làm việc nhà

1. Đáp án: a, b, c, d, e, g, h, i
2. Đáp án: Tán thành: b, c, e, g, i; Không tán thành: a, d, h, k
3. Em nấu cơm giúp mẹ hoặc dỗ em, chơi với em để mẹ nấu cơm.
4. Em sẽ vào bếp giúp mẹ nấu, bày dọn bữa sáng hoặc giúp bố cho gà ăn hoặc giúp chị gái lau nhà.

CHỦ ĐỀ 6. EM VỚI CỘNG ĐỒNG

1 Thiết lập quan hệ với cộng đồng

2. Em sẽ tranh thủ những lúc rảnh rỗi để sang hỏi thăm bà và làm giúp bà những việc em có thể làm được.
3. Em sẽ chủ động làm quen với các bạn và anh chị, hoà đồng và khiêm tốn học hỏi mọi người.



2 Em tham gia hoạt động thiện nguyện

1. Đáp án: a, b, c, d, e, g, h, i, m
3. Em sẽ quan tâm hỏi thăm, giúp đỡ gia đình bác; vận động các bạn cùng giúp đỡ, quyên góp ủng hộ gia đình bác.



3 Hành vi có văn hoá nơi công cộng

1. Gợi ý:
 - a/ Không nên, vì gây mất trật tự, làm ảnh hưởng đến việc đọc sách của mọi người.
 - b/ Nên, vì đây là hành vi có văn hoá trên xe buýt.
 - c/ Không nên, vì đây là hành vi thiếu nghiêm túc, không tuân thủ nội quy trong giờ học và làm ảnh hưởng đến các bạn khác cùng tham gia sinh hoạt dưới cờ.
 - d/ Nên, vì đây là hành vi có văn hoá, giúp cho quang cảnh đường phố, ngõ xóm luôn sạch, đẹp.
2. Tỏ thái độ không đồng tình với em và nhắc nhở em không được hái hoa ở nơi công cộng.
3. Em sẽ nhẹ nhàng nhắc hai bạn không nên nói chuyện trong rạp chiếu phim vì làm ảnh hưởng đến những người cùng ngồi xem.
4. Em sẽ xếp hàng chờ đến lượt mình, không chen ngang.
5. Em sẽ cầm vỏ bánh trong tay hoặc để tạm vào túi, không vứt rác ra đường. Đến chỗ có thùng rác sẽ cho vỏ bánh vào đó.

CHỦ ĐỀ 7. EM VỚI THIÊN NHIÊN VÀ MÔI TRƯỜNG



2 Bảo tồn cảnh quan thiên nhiên

1. Đáp án: 1 – a, b 2 – a, b, c, d
2. Em sẽ cứu sống những con sao biển bằng cách nhặt chúng và thả xuống biển.
3. Em khuyên Linh không được nhổ cây trong khu vực tham quan. Mọi người đều phải có trách nhiệm giữ gìn, bảo vệ các sinh vật ở khu bảo tồn thiên nhiên.



HUÂN CHƯƠNG HỒ CHÍ MINH



BỘ SÁCH BÀI TẬP LỚP 6 – KẾT NỐI TRI THỨC VỚI CUỘC SỐNG

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

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 khóa.



Giá: 10.000 đ