



ĐINH THỊ KIM THOA (Tổng Chủ biên)
VŨ PHƯƠNG LIÊN – CAO THỊ CHÂU THỦY (đồng Chủ biên)
NGUYỄN HỒNG KIỀN – LẠI THỊ YẾN NGỌC – PHẠM ĐÌNH VĂN

1

HOẠT ĐỘNG TRẢI NGHIỆM, HƯỚNG NGHIỆP

11



NHÀ XUẤT BẢN GIÁO DỤC VIỆT NAM



ĐINH THỊ KIM THOA (Tổng Chủ biên)
VŨ PHƯƠNG LIÊN – CAO THỊ CHÂU THỦY (đồng Chủ biên)
NGUYỄN HỒNG KIỀN – LẠI THỊ YẾN NGỌC – PHẠM ĐÌNH VĂN

HOẠT ĐỘNG TRẢI NGHIỆM, HƯỚNG NGHIỆP

11



NHÀ XUẤT BẢN GIÁO DỤC VIỆT NAM

GIẢI THÍCH KÍ HIỆU



KHÁM PHÁ – KẾT NỐI KINH NGHIỆM



RÈN LUYỆN KỸ NĂNG



VẬN DỤNG – MỞ RỘNG



Chân trời sáng tạo

TỰ ĐÁNH GIÁ

*Hãy bảo quản, giữ gìn sách giáo khoa để dành tặng
các em học sinh lớp sau!*

LỜI NÓI ĐẦU

Chào mừng các em học sinh đến với Hoạt động trải nghiệm, hướng nghiệp 11!

Hoạt động trải nghiệm, hướng nghiệp là hoạt động giáo dục bắt buộc trong nhà trường. Cùng với các môn học khác, *Hoạt động trải nghiệm, hướng nghiệp* góp phần đạt mục tiêu chung của chương trình giáo dục. Sách giáo khoa *Hoạt động trải nghiệm, hướng nghiệp 11* tiếp nối những quan điểm biên soạn của chương trình *Hoạt động trải nghiệm, hướng nghiệp 10* với các lí thuyết cơ bản trong khoa học giáo dục và các phương pháp tiếp cận hiện đại. Trên cơ sở đó, dựa trên các yêu cầu cần đạt của lớp 11, sách giáo khoa *Hoạt động trải nghiệm, hướng nghiệp 11* thể hiện nội dung với cách triển khai theo hướng phát triển đồng tâm với lớp 10 nhưng bổ sung thêm các nội dung hoạt động trải nghiệm phong phú, đa dạng; khai thác những kiến thức và kỹ năng có được từ các môn học nhằm hình thành, rèn luyện, củng cố các kỹ năng cơ bản và nâng cao trong mỗi chủ đề thông qua các phương thức giáo dục có tính khám phá, tương tác, cổng hiến cũng như nghiên cứu,...

Sách giáo khoa *Hoạt động trải nghiệm, hướng nghiệp 11* được biên soạn cho 105 tiết gồm 9 chủ đề dựa trên 4 mạch nội dung: *Hoạt động hướng vào bản thân*, *Hoạt động hướng đến xã hội*, *Hoạt động hướng đến tự nhiên* và *Hoạt động hướng nghiệp*. Mỗi chủ đề gồm phần mở đầu, nội dung chủ đề, phần đánh giá được thực hiện từ 3 – 4 tuần và kết hợp giữa ba loại hình cơ bản: *Hoạt động giáo dục theo chủ đề*, *Sinh hoạt dưới cờ* và *Sinh hoạt lớp*.

Trải nghiệm 9 chủ đề của sách giáo khoa *Hoạt động trải nghiệm, hướng nghiệp 11* sẽ giúp các em tiếp tục rèn luyện và phát triển năng lực thích ứng với cuộc sống, năng lực thiết kế và tổ chức hoạt động, năng lực định hướng nghề nghiệp,... và các phẩm chất, năng lực chủ yếu như yêu nước, nhân ái, chăm chỉ, trung thực, trách nhiệm; tự chủ và tự học; giao tiếp và hợp tác; giải quyết vấn đề và sáng tạo.

Chúc các em có những giờ trải nghiệm thú vị và bổ ích!

CÁC TÁC GIẢ

Giải thích kí hiệu	2
Lời nói đầu	3
CHỦ ĐỀ 1 Phấn đấu hoàn thiện bản thân	5
CHỦ ĐỀ 2 Tự tin và thích ứng với sự thay đổi	13
CHỦ ĐỀ 3 Góp phần xây dựng và phát triển nhà trường	22
CHỦ ĐỀ 4 Tham gia tổ chức cuộc sống gia đình	30
CHỦ ĐỀ 5 Xây dựng và thực hiện kế hoạch chi tiêu phù hợp	39
CHỦ ĐỀ 6 Thực hiện trách nhiệm với cộng đồng	46
CHỦ ĐỀ 7 Thông tin về các nhóm nghề cơ bản	55
CHỦ ĐỀ 8 Học tập và rèn luyện theo định hướng nghề nghiệp	64
CHỦ ĐỀ 9 Bảo vệ môi trường, cảnh quan thiên nhiên, danh lam thắng cảnh và tài nguyên ở địa phương	75
Giải thích thuật ngữ	83



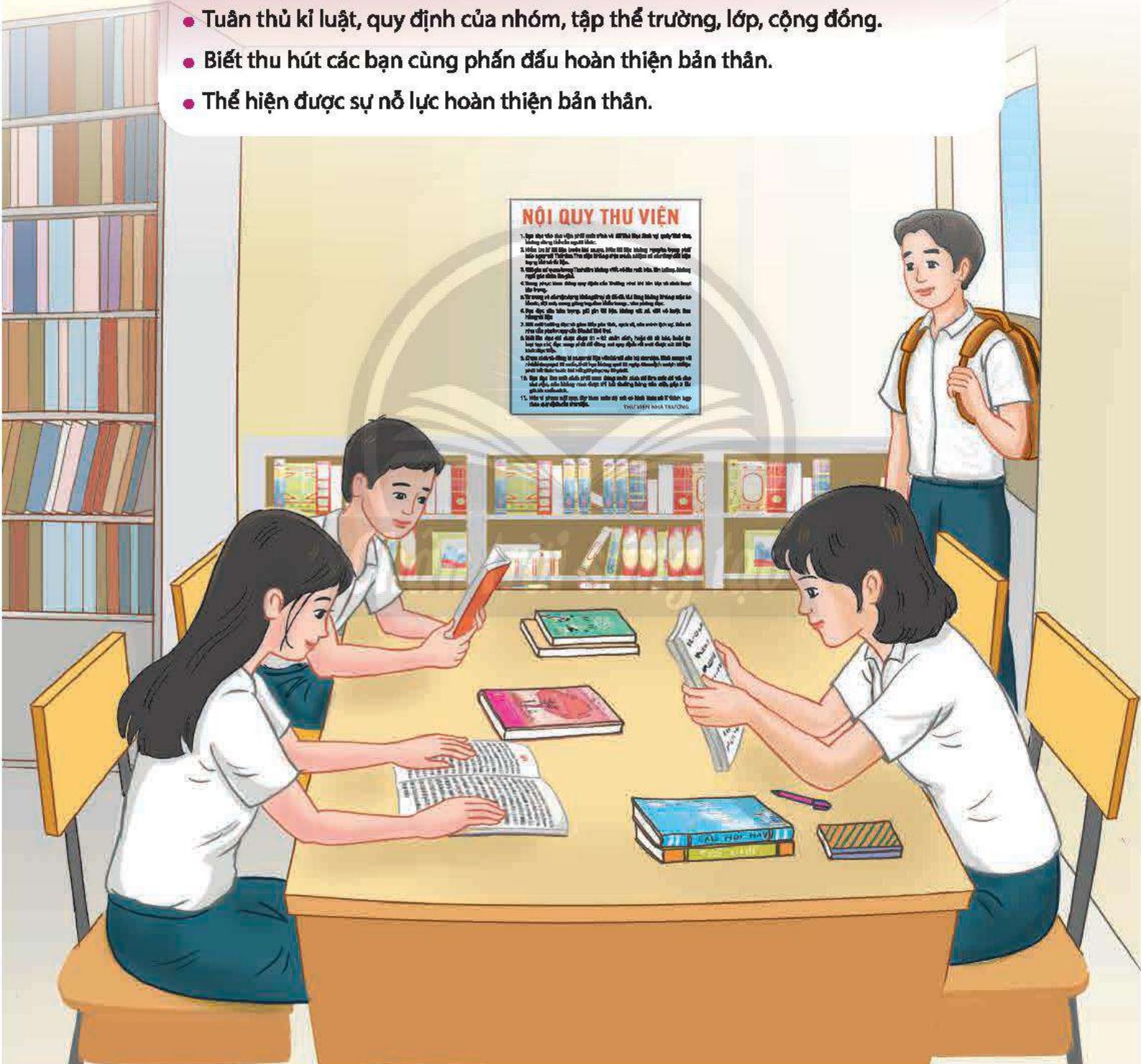
CHỦ ĐỀ

1

Phấn đấu hoàn thiện bản thân

MỤC TIÊU

- Tuân thủ kỉ luật, quy định của nhóm, tập thể trường, lớp, cộng đồng.
 - Biết thu hút các bạn cùng phấn đấu hoàn thiện bản thân.
 - Thể hiện được sự nỗ lực hoàn thiện bản thân.



» ĐỊNH HƯỚNG NỘI DUNG

Thành công chỉ đến khi chúng ta cố gắng nỗ lực và không ngừng hoàn thiện bản thân. Điều đó thể hiện ở sự nỗ lực, kiên trì vượt lên khó khăn, ở sự tích cực, tự giác rèn luyện, bồi dưỡng để bản thân ngày một hoàn thiện hơn. Em hãy bắt đầu từ những việc nhỏ nhất để đạt được mục tiêu của mình.

» Các nhiệm vụ cần thực hiện trong chủ đề:

- Tìm hiểu nội dung và cách phấn đấu hoàn thiện bản thân.
 - Tìm hiểu việc tuân thủ nội quy, quy định trong nhà trường và cộng đồng.
-
- Thể hiện sự tuân thủ nội quy, quy định của nhóm, lớp và nhà trường.
 - Thực hiện quy định nơi công cộng.
 - Thể hiện sự nỗ lực vượt qua khó khăn để hoàn thiện bản thân.
 - Thu hút các bạn cùng phấn đấu hoàn thiện bản thân.
-
- Lập kế hoạch tiếp tục phấn đấu hoàn thiện bản thân.
 - Tự đánh giá kết quả hoạt động.

» Gợi ý lựa chọn một số nhiệm vụ có thể rèn luyện trong Sinh hoạt dưới cờ và Sinh hoạt lớp:

- Tham gia các hoạt động chào mừng năm học mới.
- Rèn luyện tính kỷ luật khi tham gia các hoạt động của trường, lớp và cộng đồng.
- Thu hút các bạn cùng nỗ lực hoàn thiện bản thân.
- Ứng xử văn minh, lịch sự trong cộng đồng.
- Thảo luận về cách thực hiện tốt nội quy lớp học.
- ...

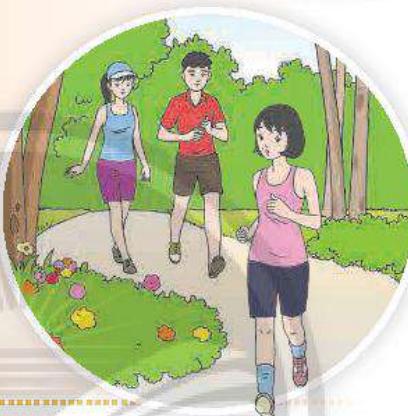


NHẬN TỰ 1 Tìm hiểu nội dung và cách phấn đấu hoàn thiện bản thân

1. Chỉ ra những nội dung cần phấn đấu hoàn thiện bản thân.

Gợi ý

- Tuân thủ quy định, kỉ luật trong học tập và cuộc sống.
- Thể hiện trách nhiệm trong công việc ở nhà, ở trường và trong cộng đồng.
- Ứng xử văn minh, lịch sự với mọi người xung quanh.
- Hình thành thói quen rèn luyện sức khoẻ.
- ...



2. Xác định cách phấn đấu hoàn thiện bản thân.

Gợi ý

Chân trời sáng tạo

- Xác định mục tiêu phấn đấu, rèn luyện để hoàn thiện bản thân.
- Sắp xếp thứ tự ưu tiên và tập trung vào thứ tự ưu tiên cao nhất.
- Lập kế hoạch thực hiện mục tiêu.
- Xác định những thuận lợi và khó khăn cần khắc phục.
- Chia mục tiêu lớn thành nhiều mục tiêu nhỏ để thực hiện.
- Tìm kiếm sự hỗ trợ từ bên ngoài.
- Rèn luyện cho đến khi mục tiêu thành hiện thực.
- ...

3. Chia sẻ những điều hài lòng và những điều chưa hài lòng về cách phấn đấu hoàn thiện bản thân.



NHẬN TINH 2 Tìm hiểu việc tuân thủ nội quy, quy định trong nhà trường và cộng đồng

1. Chia sẻ những việc em đã tuân thủ hoặc chưa tuân thủ nội quy, quy định của nhà trường và cộng đồng.

Gợi ý

Nhà trường

- Trang phục đúng quy định.
- Tham gia tích cực vào các hoạt động tập thể.
- Trung thực trong học tập.
- ...

Cộng đồng

- Giữ vệ sinh chung, bỏ rác đúng nơi quy định.
- Trang phục phù hợp với địa điểm công cộng.
- Không gây mất trật tự nơi công cộng.
- ...

2. Xác định nguyên nhân của việc tuân thủ hoặc chưa tuân thủ quy định chung của nhà trường và cộng đồng.

Gợi ý

Tuân thủ

- Mong muốn xây dựng hình ảnh tích cực về bản thân.
- Sợ bị phê bình, nhắc nhở.
- Muốn thể hiện nếp sống văn minh thanh lịch.
- ...

Chưa tuân thủ

- Chưa hoàn toàn kiểm soát được cảm xúc của bản thân.
- Muốn làm mình "khác biệt".
- Chưa biết đầy đủ thông tin về các quy định ở nơi mình đến.
- ...

3. Thảo luận về các cách giúp mỗi cá nhân tuân thủ quy định của nhà trường và cộng đồng.

Gợi ý

- Tự nâng cao ý thức, lòng tự trọng của bản thân.
- Nói gương những người sống kỉ luật.
- Xây dựng nhóm bạn cùng rèn luyện tính kỉ luật.
- ...

4. Chỉ ra những khó khăn và thuận lợi khi em phấn đấu tuân thủ nội quy, quy định và cách khắc phục khó khăn.



NHIỆM VỤ 3 Thể hiện sự tuân thủ nội quy, quy định của nhóm, lớp và nhà trường

1. Đóng vai thể hiện sự tuân thủ quy định của nhóm, lớp trong các tình huống.

TÌNH HUỐNG 1

Nhóm của B đang thảo luận cách thức hợp tác để hoàn thành nhiệm vụ được phân công. B luôn nói rằng mình không thể thực hiện nhiệm vụ nhóm giao với lí do bận học và nhà xa. B bị các bạn phản đối kịch liệt vì thiếu tinh thần tập thể.

Nếu là B, em xử lý thế nào?

TÌNH HUỐNG 2

Thứ bảy tuần tới lớp của N tổ chức trò chơi Hải hoa dân chủ trong giờ sinh hoạt lớp. N được giao nhiệm vụ chuẩn bị trước một số dụng cụ. Tuy nhiên, do có việc đột xuất, N thấy mình không thể hoàn thành nhiệm vụ được giao trong thời gian quy định.

Nếu là N, em sẽ xử lý thế nào?

2. Đóng vai thể hiện sự tuân thủ quy định của nhà trường trong các tình huống.

TÌNH HUỐNG 1

Một số bạn trong nhóm của Y rất muốn tạo ấn tượng cho sự kiện mít tinh kỉ niệm 50 năm ngày thành lập trường nên rủ nhau mặc quần áo ngắn và yếm đào.

Nếu là Y em sẽ xử lý như thế nào?

TÌNH HUỐNG 2

Khi tham gia câu lạc bộ của trường, P thấy một số bạn sử dụng ngôn ngữ không phù hợp với lứa tuổi học sinh.

Nếu là P, em có những đề xuất gì để xây dựng nét đẹp văn hóa học đường?

3. Chia sẻ những việc em đã làm thể hiện sự tuân thủ nội quy, quy định của nhóm, lớp và nhà trường.



NHẬN VỊ 4 Thực hiện quy định nơi công cộng

1. Đóng vai xử lý các tình huống.

TÌNH HUỐNG 1

Lớp M tổ chức đi tham quan Viện Bảo tàng lịch sử. M rất muốn chụp ảnh một số hiện vật để làm tư liệu cho bài thu hoạch mặc dù biết quy định không được quay phim, chụp ảnh trong Viện Bảo tàng.

Nếu là M, em sẽ làm gì để vừa tuân thủ quy định mà vẫn có được tư liệu cho bài thu hoạch.

TÌNH HUỐNG 2

Tan học, B nhìn thấy một nhóm bạn đi xe đạp dàn hàng ngang giữa đường, vừa đi vừa cười đùa.

Nếu là B, em sẽ xử lý như thế nào?

TÌNH HUỐNG 3

Chủ nhật, A cùng nhóm bạn đi chơi. Khi đi qua một ngôi chùa, nhóm A nảy ra ý định vào chùa vãn cảnh, thắp hương. Tuy nhiên, một bạn trong nhóm A đang mặc quần soóc ngắn.

Nếu là A, em sẽ làm gì?

2. Chia sẻ cảm xúc của em sau khi thực hiện tuân thủ quy định ở nơi công cộng.



NHẬN VỊ 5 Thể hiện sự nỗ lực vượt qua khó khăn để hoàn thiện bản thân

1. Chia sẻ những việc em đã làm thể hiện sự nỗ lực hoàn thiện bản thân.

2. Thảo luận về một số cách vượt qua khó khăn để hoàn thiện bản thân.

Gợi ý

- Suy nghĩ tích cực và lạc quan.
- Tập trung vào ưu điểm của bản thân.
- Tìm kiếm sự trợ giúp khi thực sự cần.
- Kiên trì, bền bỉ theo đuổi mục tiêu.
- ...



3. Đề xuất cách hoàn thiện bản thân trong các trường hợp.

Trường hợp 1

Mong muốn thay đổi thói quen thức khuya học bài.

Trường hợp 2

Mong muốn trở nên tự tin hơn trong giao tiếp với mọi người.



6. Thu hút các bạn cùng phấn đấu hoàn thiện bản thân

1. Thảo luận các biện pháp thu hút các bạn cùng phấn đấu hoàn thiện bản thân.

Gợi ý

- Chia sẻ về tấm gương thành công trong học tập và cuộc sống.
- Tự mình trở thành tấm gương trong rèn luyện và phấn đấu, tạo hiệu ứng ảnh hưởng đến các bạn.
- Thuyết phục bạn cùng thực hiện một số việc làm góp phần hoàn thiện bản thân.
- Đưa ra lời khuyên giúp bạn thay đổi những hành vi, việc làm chưa phù hợp.
- ...

2. Thu hút các bạn cùng phấn đấu hoàn thiện bản thân trong các tình huống.

TÌNH HUỐNG 1

M thường xuyên tập thể thao nên cơ thể săn chắc và khoẻ mạnh, trong khi cậu bạn thân của M lại rất lười tập thể thao. M muốn thuyết phục bạn cùng tập luyện.

M nên thuyết phục bạn như thế nào?

TÌNH HUỐNG 2

H là người tích cực học tập và luôn đặt ra mục đích phấn đấu rất rõ ràng. Tuy nhiên, H ít tham gia các hoạt động tập thể nên kỹ năng xã hội còn hạn chế. Trong khi đó, bạn thân của H là T rất nhiệt tình với các hoạt động phong trào, cởi mở và thân thiện.

T nên thu hút H vào các hoạt động chung như thế nào?

3. Chia sẻ cảm xúc của em khi thuyết phục thành công các bạn cùng rèn luyện hoàn thiện bản thân.



Lập kế hoạch tiếp tục phấn đấu hoàn thiện bản thân

1. Lựa chọn một nội dung và lập kế hoạch tiếp tục phấn đấu hoàn thiện bản thân.

Gợi ý

KẾ HOẠCH RÈN LUYỆN...

- Mục đích cần đạt.
- Nội dung rèn luyện cụ thể.

Nội dung rèn luyện	Biện pháp	Thời gian
1.
2.

- Khó khăn và cách khắc phục.

2. Chia sẻ kế hoạch tiếp tục phấn đấu hoàn thiện bản thân và xin ý kiến đóng góp từ thầy cô, các bạn.

3. Hoàn thiện và thực hiện theo kế hoạch đã lập.



Tự đánh giá

Đánh giá mức độ đạt được trong việc thực hiện các mục tiêu của chủ đề.

Tốt

Đạt

Chưa đạt

NỘI DUNG ĐÁNH GIÁ

1. Xác định được nội dung và cách phấn đấu hoàn thiện bản thân.
2. Xác định được những việc cần tuân thủ kỉ luật, quy định trong nhà trường và cộng đồng.
3. Thực hiện được sự tuân thủ nội quy, quy định của nhóm, lớp và nhà trường.
4. Thực hiện được quy định ở nơi công cộng.
5. Thu hút được các bạn cùng phấn đấu hoàn thiện bản thân.
6. Thể hiện được sự nỗ lực hoàn thiện bản thân.

Xác định và tiếp tục rèn luyện những kỹ năng liên quan đến hoàn thiện bản thân.

CHỦ ĐỀ

2

Tự tin và thích ứng với sự thay đổi

MỤC TIÊU

- Nhận diện được nét riêng và thể hiện được sự tự tin về đặc điểm riêng của bản thân.
- Phân tích được những điểm mạnh, điểm yếu của bản thân và biết điều chỉnh bản thân để thích ứng với sự thay đổi.
- Quản lý được cảm xúc của bản thân và ứng xử hợp lý trong các tình huống giao tiếp khác nhau.

NGÀY HỘI TỰ HÀO ĐOÀN THANH NIÊN CỘNG SẢN HỒ CHÍ MINH NGOẠI KHOÁ SỐNG ĐẸP VÀ THI NHẤY DÂN VŨ



» ĐỊNH HƯỚNG NỘI DUNG

Cuộc sống ngày càng mở rộng và luôn mang đến nhiều sự thay đổi mới mẻ. Mỗi cá nhân càng cần hiểu bản thân, phát triển bản thân và tự tin về bản thân để dễ dàng thích ứng với sự thay đổi của cuộc sống. Khi em tự tin và biết điều chỉnh bản thân để thích ứng với sự thay đổi, em sẽ đạt được mục tiêu của mình.

» Các nhiệm vụ cần thực hiện trong chủ đề:

- Khám phá những đặc điểm tạo nên sự tự tin.
- Thể hiện sự tự tin của bản thân.
- Phân tích điểm mạnh, điểm yếu của bản thân.
- Điều chỉnh bản thân để thích ứng với sự thay đổi.
- Thực hành điều chỉnh bản thân.
- Thực hiện một số biện pháp quản lý cảm xúc và ứng xử hợp lý trong các tình huống giao tiếp khác nhau.

» Gợi ý lựa chọn một số nhiệm vụ có thể rèn luyện trong Sinh hoạt dưới cờ và Sinh hoạt lớp:

- Thể hiện sự tự tin khi tham gia các hoạt động tập thể của trường, lớp.
- Tham gia buổi tọa đàm về quản lý cảm xúc để thích ứng với sự thay đổi.
- Ứng xử phù hợp trong các tình huống giao tiếp khác nhau.
- ...



NHIỆM VỤ 1 Khám phá những đặc điểm tạo nên sự tự tin

1. Chỉ ra những nét riêng tạo nên sự tự tin của mỗi cá nhân.

Gợi ý

Khuôn mặt và các bộ phận trên khuôn mặt

Dáng hình

Giọng nói

Nét tính cách

Năng lực

...

2. Giải thích nguyên nhân của sự tự tin ở mỗi người.

Gợi ý

- Những giá trị cá nhân mang lại cho bản thân, người khác bằng chính năng lực của mình.
- Những phẩm chất của cá nhân phù hợp với các chuẩn mực xã hội, được mọi người noi theo.
- Vẻ đẹp ngoại hình.
- ...

3. Chia sẻ những nét riêng tạo nên sự tự tin của em.

Tôi khá tự tin với
năng lực hùng biện
của mình.

Còn tôi thì tự tin
khi tham gia cuộc
thi hiểu biết về
địa lí thế giới.





NHIỆM VỤ 2 Thể hiện sự tự tin của bản thân

1. Thể hiện sự tự tin với những đặc điểm riêng của bản thân theo các cách khác nhau.

Gợi ý

- Luôn nhìn trực diện vào mắt người đang nói chuyện với mình.
- Can đảm, sẵn sàng thử sức những điều mới mẻ, không ngừng khám phá bản thân.
- Thiết lập những mục tiêu có tính khả thi và nghiêm túc thực hiện.
- Tránh tiếp nhận thông tin (hoặc thận trọng với những ai) làm mất đi sự tự tin của mình.
- ...



2. Thảo luận về những việc làm giúp M trở nên tự tin.

Trường hợp

M thiếu tự tin vì cho rằng mình không có gì đặc biệt cả về hình thức lẫn năng lực. Sau khi được thầy cô, gia đình và bạn bè động viên, chỉ dẫn, M tích cực tham gia nhiều hoạt động khác nhau. M nhận ra mình biết cách làm cho các bạn vui vẻ và có khả năng giải quyết mâu thuẫn giữa các bạn.Thêm vào đó, M cố gắng tập trung học tập hơn và đã đạt được những tiến bộ. M thấy mình trở nên có giá trị và tự tin hơn. M bắt đầu đặt ra những mục tiêu cao hơn cho giai đoạn tiếp theo. M tin mình sẽ thực hiện được mục tiêu đó.

Gợi ý

- Liệt kê những việc M làm giúp phát triển sự tự tin.
- Giải thích lí do vì sao việc đó giúp M tự tin hơn.
- Liên hệ việc làm của bản thân giúp nâng cao sự tự tin.
- ...

Chân trời sáng tạo

3. Trao đổi về cách em rèn luyện để trở nên tự tin.

Gợi ý

- Thủ sức với những điều mới mẻ, không ngừng khám phá bản thân.
- Thiết lập những mục tiêu có tính khả thi và nghiêm túc thực hiện.
- ...

4. Chia sẻ cảm xúc của em khi thấy mình tự tin.



3 Phân tích điểm mạnh, điểm yếu của bản thân

1. Thảo luận cách nhận ra điểm mạnh, điểm yếu của bản thân.

Gợi ý

- Tham gia các hoạt động khác nhau để phát hiện điểm mạnh, điểm yếu của bản thân.
- Lắng nghe ý kiến nhận xét của mọi người xung quanh về mình.
- ...

2. Phân tích tình huống.

TÌNH HUỐNG 1

Các bạn trong lớp nói T là người mạnh mẽ, khá quyết liệt. Trong nhiều cuộc họp, T thường thẳng thắn chỉ ra những nhược điểm của một số bạn trong lớp để mong các bạn đó tiến bộ. Nếu bạn nào có ý kiến thắc mắc thì T sẵn sàng đưa ra các minh chứng rất rõ ràng làm cho các bạn không thể phản ứng lại.

TÌNH HUỐNG 2

Trong lớp học, X được khen là bạn nữ dịu dàng, khéo léo và không để mất lòng ai. Trong các buổi học nhóm, nếu có tranh luận xảy ra, mặc dù biết rõ ai đúng, ai sai nhưng X cũng không đưa ra ý kiến vì không muốn mất lòng các bạn.

Gợi ý

- Phân tích điểm mạnh.
- Phân tích điểm yếu.
- Cách điều chỉnh.
- ...

3. Chia sẻ điểm mạnh, điểm yếu và cách phát huy điểm mạnh, khắc phục điểm yếu của em.



Điều chỉnh bản thân để thích ứng với sự thay đổi

- 1. Xác định những điều có thể thay đổi ở bản thân và những thuận lợi, khó khăn khi thay đổi những điều đó.**

Gợi ý

Sự thay đổi
của bản thân

- Thay đổi về năng lực, kỹ năng, thái độ, quan điểm,...
- Thay đổi về môi trường học tập, giao tiếp,...
- ...

Thuận lợi và khó
khăn khi thay đổi

- Có năng lực, kỹ năng để có thể đáp ứng những nhiệm vụ phức tạp hơn.
- Chưa kịp chuẩn bị một số kỹ năng điều chỉnh bản thân nên khó thích ứng.
- ...

- 2. Giải thích tại sao mỗi cá nhân cần phải thích ứng với sự thay đổi.**

Gợi ý

- Sự thay đổi là quy luật tất yếu của sự vật, hiện tượng.
- Thích ứng với sự thay đổi để hòa nhập và phát triển.
- ...

- 3. Thảo luận cách điều chỉnh bản thân để thích ứng với sự thay đổi.**

Gợi ý

- Chuẩn bị tâm thế trước sự thay đổi.
- Thay đổi cách suy nghĩ luôn theo hướng tích cực.
- Kiểm soát cảm xúc để ứng xử hợp lý với sự thay đổi.
- Điều chỉnh cách giao tiếp phù hợp với đối tượng.
- Rèn luyện sức khoẻ để thích ứng với môi trường tự nhiên luôn thay đổi.
- ...

- 4. Kể lại những tình huống mà em đã điều chỉnh bản thân để thích ứng với sự thay đổi đó.**

- 5. Chia sẻ cảm xúc của em khi thích ứng được với sự thay đổi trong cuộc sống.**



Thực hành điều chỉnh bản thân

1. Đóng vai các nhân vật điều chỉnh bản thân để thích ứng với sự thay đổi trong các tình huống.

TÌNH HUỐNG 1

Gia đình A đang sống rất hạnh phúc, A được bố mẹ quan tâm, chiều chuộng. Hàng ngày, A thường thấy gương mặt vui vẻ của bố sau mỗi buổi đi làm về và nghe bố kể về những thành công trong công việc ở nhà máy. Bỗng dưng tai họaập đến, bố A vĩnh viễn mất đi sức lao động sau một tai nạn giao thông.

Nếu là A, em sẽ làm gì?

TÌNH HUỐNG 2

Từ nhỏ T thường học ở trường gần nhà. Năm nay, gia đình T chuyển đến nơi ở mới và T cũng phải chuyển trường.

Nếu là T, em cần làm gì để có thể thích ứng tốt với sự thay đổi?

2. Nhận xét các phương án điều chỉnh bản thân của các bạn và rút ra bài học cho bản thân.



Chân trời sáng tạo

Thực hiện một số biện pháp quản lý cảm xúc và ứng xử hợp lý trong các tình huống giao tiếp khác nhau

1. Thực hiện một số biện pháp để quản lý cảm xúc.

Gợi ý

- Điều chỉnh các hoạt động của cơ thể để quản lý cảm xúc.
 - + Biểu biện cơ thể khi tức giận, lo lắng: tim đập nhanh; mặt đỏ bừng;...
 - + Điều chỉnh hoạt động cơ thể: hít thở thật sâu; cố gắng thả lỏng toàn bộ cơ thể;...
- Thay đổi suy nghĩ.
 - + Đặt mình vào vị trí người khác để hiểu cảm xúc của họ và thông cảm, thấu hiểu với những cảm xúc ấy, cố gắng để xây dựng mối quan hệ tốt đẹp với họ.

- + Không vội vàng phản ứng để cảm xúc không ảnh hưởng đến bản thân và người khác trong từng tình huống.
- + ...
- Sử dụng ngôn ngữ để quản lý cảm xúc.
 - + Tích cực dùng ngôn ngữ động viên, khích lệ chính bản thân.
 - + Không than thân trách phận để tránh những cảm xúc tiêu cực cho chính mình.
 - + Tăng cường khen, ghi nhận mọi người.
 - + Không chê bai, không phản ứng gay gắt hay bác bỏ ý kiến người khác.
 - + Nói năng hoà nhã, nhẹ nhàng để không xảy ra xung đột trong các mối quan hệ.
 - + ...

2. Thực hành ứng xử của em trong các tình huống dưới đây.

TÌNH HUỐNG 1

Trong lớp có ba bạn chơi thân với nhau, bạn nữ tên H và hai bạn nam tên M và Q. Gần đây, H thể hiện thân thiện với M hơn. Q cảm thấy chạnh lòng và không biết nên phải làm gì và thể hiện thế nào cho phù hợp.

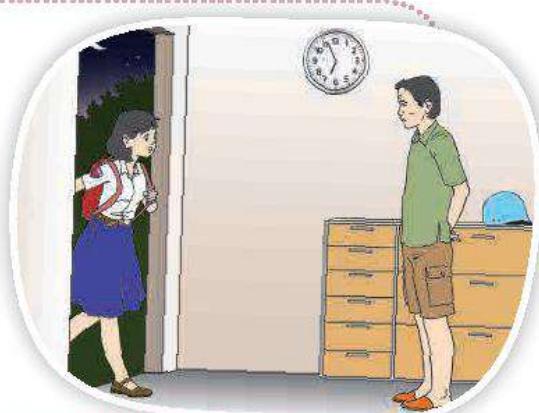
Nếu là Q, em nên làm gì?



TÌNH HUỐNG 2

Đi học về muộn, bố hỏi K: *Hôm nay con lại đi chơi đâu mà về muộn thế? Nghe thấy vậy, K bức xúc nói: Tại sao bố mẹ lúc nào cũng nghĩ con đi chơi là sao, con còn bao nhiêu việc khác chứ! K vùng vằng bô vào phòng, đóng sập cửa lại.*

Nếu là K, em nên làm gì?



TÌNH HUỐNG 3

T nhận được tin đạt giải cao trong kì thi học sinh giỏi của trường. Vừa về đến nhà, T gọi to: *Bố mẹ ơi, con đạt được ước mơ rồi.* Đúng lúc đó, bố mẹ đang mắng em trai về việc chênh mảng trong học tập. Bố mẹ chúc mừng T và nêu gương luôn cho em trai. Cảm xúc của T trùng xuống.

T nên ứng xử thế nào trong trường hợp này? T nên trao đổi với bố mẹ về cách ứng xử như thế nào với em trai để em không bị khó xử.

3. Chia sẻ những tình huống giao tiếp mà em đã kiểm soát cảm xúc để ứng xử phù hợp.



Rèn luyện để tự tin thích ứng với sự thay đổi trong cuộc sống

- Thực hiện rèn luyện những cách đã đưa ra để tự tin thích ứng với sự thay đổi.
- Chia sẻ kết quả rèn luyện.



Tự đánh giá

Đánh giá mức độ đạt được trong việc thực hiện các mục tiêu của chủ đề.

Tốt

Đạt

Chưa đạt

NỘI DUNG ĐÁNH GIÁ

- Nhận diện được nét riêng của bản thân.
- Thể hiện được sự tự tin về đặc điểm riêng của bản thân.
- Phân tích được những điểm mạnh, điểm yếu của bản thân.
- Quản lý được cảm xúc của bản thân.
- Điều chỉnh được bản thân để thích ứng với sự thay đổi.
- Sử dụng được nhiều cách khác nhau để quản lý được cảm xúc của bản thân.
- Ứng xử hợp lý trong các tình huống giao tiếp khác nhau.

Xác định và tiếp tục rèn luyện một số kỹ năng thể hiện sự tự tin và thích ứng với sự thay đổi trong cuộc sống.

CHỦ ĐỀ

3 Góp phần xây dựng và phát triển nhà trường

MỤC TIÊU

- Biết cách phát triển mối quan hệ tốt đẹp với thầy cô, bạn bè.
- Làm chủ và kiểm soát được các mối quan hệ với bạn bè ở trường cũng như qua mạng xã hội.
- Hợp tác được với bạn để cùng xây dựng và thực hiện các hoạt động xây dựng và phát triển nhà trường.
- Đánh giá được hiệu quả của hoạt động phái huy truyền thống nhà trường.
- Thực hiện các hoạt động theo chủ đề của Đoàn Thanh niên Cộng sản Hồ Chí Minh.



» ĐỊNH HƯỚNG NỘI DUNG

Xây dựng và phát triển nhà trường không chỉ là nhiệm vụ của giáo viên và các nhà quản lý giáo dục, mà còn là nhiệm vụ chung cho tất cả các thành viên trong nhà trường, trong đó có học sinh. Dù ở thời kì nào, các em cũng là nhân tố quan trọng góp phần xây dựng, giữ gìn và phát huy truyền thống nhà trường.

➤ Các nhiệm vụ cần thực hiện trong chủ đề:

- Xác định những việc làm góp phần xây dựng và phát triển nhà trường.
- Phát triển mối quan hệ tốt đẹp với thầy cô.
- Phát triển mối quan hệ tốt đẹp với các bạn.
- Làm chủ và kiểm soát các mối quan hệ với các bạn ở trường và qua mạng xã hội.
- Hợp tác thực hiện các hoạt động xây dựng và phát triển nhà trường.
- Thực hiện và đánh giá hiệu quả hoạt động phát huy truyền thống nhà trường.
- Tham gia các hoạt động giáo dục do Đoàn Thanh niên Cộng sản Hồ Chí Minh tổ chức.
- Truyền thông về truyền thống nhà trường.
- Tự đánh giá kết quả hoạt động.

➤ Gợi ý lựa chọn một số nhiệm vụ có thể rèn luyện trong Sinh hoạt dưới cờ và Sinh hoạt lớp:

- Xây dựng và phát huy truyền thống nhà trường.
- Trao đổi về cách giữ gìn mối quan hệ thân thiện với thầy cô, bạn bè.
- Rèn luyện kỹ năng tự bảo vệ trên mạng xã hội.
- Truyền thông về thực hiện văn hóa ứng xử trên mạng xã hội.
- ...

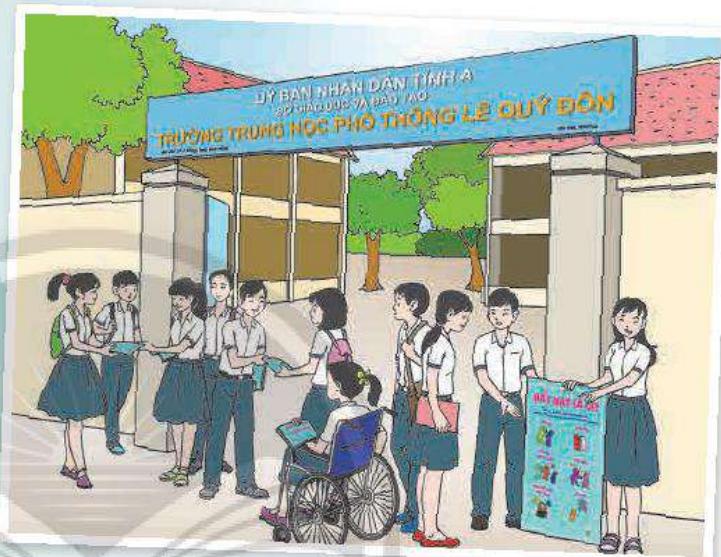


NHIỆM VỤ 1 Xác định những việc làm góp phần xây dựng và phát triển nhà trường

1. Chỉ ra những việc cần làm góp phần xây dựng và phát triển nhà trường.

Gợi ý

- Xây dựng môi trường học tập tích cực.
- Xây dựng môi trường cảnh quan xanh, sạch, đẹp.
- Xây dựng văn hoá ứng xử văn minh, lịch sự.
- Tuyên truyền phòng, chống bạo lực học đường.
- Quảng bá về hình ảnh của nhà trường.
- Phát triển mối quan hệ tốt đẹp với thầy cô, bạn bè.
- ...



2. Chia sẻ những việc em đã làm góp phần xây dựng, phát triển nhà trường và cảm xúc của em khi thực hiện việc làm đó.



NHIỆM VỤ 2 Phát triển mối quan hệ tốt đẹp với thầy cô

1. Chia sẻ những việc em đã làm để phát triển mối quan hệ tốt đẹp với thầy cô.

Gợi ý

- Hồi thăm, gửi những lời chúc tới thầy cô vào dịp lễ, Tết hay sự kiện đặc biệt của trường.
- Cùng thầy cô tham gia một số hoạt động.
- Giao tiếp, cư xử đúng mực.
- ...

2. Đề xuất cách phát triển mối quan hệ tốt đẹp với thầy cô.

TÌNH HUỐNG

H là lớp trưởng năng động và tích cực trong các hoạt động chung, H được cô chủ nhiệm tin tưởng và quý mến. Trong sự kiện của trường vừa qua, H đã phân công nhiệm vụ cho các bạn nhưng do phối hợp không tốt nên kết quả hoạt động của lớp không đạt yêu cầu, mặc dù H đã liên tục động viên các bạn. Cô giáo chủ nhiệm đã gặp H và bày tỏ sự không hài lòng về kết quả của lớp.

Nếu là H, em sẽ làm như thế nào?

3. Chia sẻ cảm xúc của em khi phát triển được các mối quan hệ tốt đẹp với thầy cô.



Phát triển mối quan hệ tốt đẹp với các bạn

1. Trao đổi về những cách phát triển mối quan hệ với các bạn.

Gợi ý

- Hiểu rõ mong muốn của bản thân trước khi xây dựng mối quan hệ với các bạn.
- Bao dung, bỏ qua những việc nhỏ nhặt, không làm tổn thương đến mối quan hệ với các bạn.
- Chân thành, trung thực để mối quan hệ với các bạn có thể bền vững.
- Tôn trọng sự khác biệt.
- Kiểm soát cảm xúc của bản thân.
- ...

2. Đề xuất cách phát triển mối quan hệ tốt đẹp với các bạn trong các trường hợp cụ thể.

Trường hợp 1

Khi bạn thân tức giận vì hiểu lầm mình.

Trường hợp 2

Khi bạn thân thay đổi nơi ở nên phải chuyển trường.

Trường hợp 3

Khi mình có mâu thuẫn với nhóm bạn do khác biệt về quan điểm.

Trường hợp 4

Gặp người bạn mới khi cùng tham gia câu lạc bộ yêu thích.

3. Rút ra bài học cho bản thân để phát triển mối quan hệ tốt đẹp với các bạn.



NHIỆM VỤ 4 Làm chủ và kiểm soát các mối quan hệ với các bạn ở trường và qua mạng xã hội

1. Thảo luận và đề xuất các cách làm chủ và kiểm soát mối quan hệ với các bạn ở trường và qua mạng xã hội.

Gợi ý

Ở trường:



- Tìm hiểu rõ bạn, người mà mình đang xây dựng tình bạn.
- Cố lập trường vững vàng khi thiết lập và phát triển mối quan hệ với các bạn.
- Chủ động trong xây dựng hoặc từ chối thiết lập mối quan hệ với các bạn.
- ...

Trên mạng xã hội:



- Quản lý danh sách bạn bè, chỉ kết bạn với những người quen biết, đáng tin cậy.
- Trước khi kết bạn với những người mới, cần tìm hiểu kĩ về họ.
- Trước khi đăng tải hoặc chia sẻ những bức ảnh và những câu chuyện của các bạn cần xin phép và được sự đồng ý của họ.
- ...



2. Đóng val xử lí các tình huống.

TÌNH HUỐNG 1

M tình cờ gặp một người bạn mới trong khuôn viên trường học. Bạn đó nói mới tham gia Câu lạc bộ Nghệ thuật của trường và đã nhìn thấy M ở đó. Bạn xin số điện thoại và tài khoản mạng xã hội của M để dễ liên lạc.

Nếu là M, em sẽ làm gì?

TÌNH HUỐNG 2

N thấy trên mạng xã hội đăng tải bức ảnh của một bạn cùng trường mà N biết. Trên đó, một số bạn đưa ra những thông tin, bình luận sai sự thật về chủ nhân của bức ảnh đó và lôi kéo N cùng vào bình luận.

Nếu là N, em sẽ làm gì?

3. Chia sẻ bài học rút ra từ việc làm chủ và kiểm soát các mối quan hệ với các bạn ở trường và qua mạng xã hội.



NHIỆM VỤ 5 Hợp tác thực hiện các hoạt động xây dựng và phát triển nhà trường

1. Thảo luận các cách hợp tác với bạn để thực hiện các hoạt động xây dựng và phát triển nhà trường.

Gợi ý

- Cùng nhau lựa chọn hoạt động phù hợp.
- Cùng nhau xác định nội dung và phân công nhiệm vụ cho từng người.
- Hỗ trợ nhau trong quá trình thực hiện nhiệm vụ.
- ...

2. Đề xuất cách thức hợp tác với các bạn để thực hiện các hoạt động chung.

Gợi ý một số hoạt động

- Thực hiện phong trào thi đua học tốt.
- Tuyên truyền phòng chống bạo lực học đường.
- ...

3. Chia sẻ cảm xúc khi em hợp tác được với các bạn trong thực hiện các hoạt động xây dựng và phát triển nhà trường.



NHIỆM VỤ 6 Thực hiện và đánh giá hiệu quả hoạt động phát huy truyền thống nhà trường

1. Lựa chọn một hoạt động phát huy truyền thống nhà trường và thực hiện hoạt động đó.

Gợi ý

- | | |
|--|--|
| <ul style="list-style-type: none"> – Tri ân thầy cô – Phát triển văn hoá đọc | <ul style="list-style-type: none"> – Thi đua học tốt – ... |
|--|--|

2. Đánh giá hiệu quả hoạt động phát huy truyền thống nhà trường mà em đã thực hiện.

Gợi ý

- Hoạt động phù hợp với mục tiêu phát huy truyền thống nhà trường.
- Hình thức hoạt động.
- Tinh thần, thái độ khi tham gia hoạt động.

- Ý nghĩa đối với bản thân.
- Mức độ lan tỏa của hoạt động.
- ...

3. Chia sẻ kết quả của hoạt động phát huy truyền thống nhà trường.



Tham gia các hoạt động giáo dục do Đoàn Thanh niên Cộng sản Hồ Chí Minh tổ chức

1. Lựa chọn một hoạt động do Đoàn Thanh niên Cộng sản Hồ Chí Minh tổ chức và thảo luận về cách thức tham gia.

Gợi ý hoạt động

- Hoạt động văn hoá, văn nghệ, lễ hội.
- Xây dựng môi trường nhà trường xanh, sạch, đẹp.
- Phong trào học sinh văn minh, thanh lịch.
- Xây dựng trường học hạnh phúc.
- Phong trào đọc sách.
- ...

2. Tham gia hoạt động và tự đánh giá kết quả thực hiện.

Gợi ý

- Tên hoạt động.
- Kết quả thực hiện.
- Cảm xúc của em sau khi thực hiện hoạt động.
- ...



Truyền thông về truyền thống nhà trường

1. Thực hiện hoạt động truyền thông về truyền thống nhà trường.

Gợi ý

- a. Lựa chọn nội dung truyền thông.
 - Về lịch sử phát triển nhà trường.
 - Về các phong trào học tập trong nhà trường.
 - ...

b. Lựa chọn hình thức truyền thông.

- Phát sóng trực tiếp, đăng tải những hình ảnh về nhà trường, các phong trào của nhà trường.
- Viết bài, vẽ tranh tuyên truyền.
- Làm phóng sự, video clip.
- Thuyết trình, hùng biện.
- ...

c. Thực hiện truyền thông.

2. Báo cáo kết quả hoạt động truyền thông về truyền thống nhà trường.



Tự đánh giá

Đánh giá mức độ đạt được trong việc thực hiện các mục tiêu của chủ đề.

Tốt

Đạt

Chưa đạt

NỘI DUNG ĐÁNH GIÁ

1. Xác định được những việc làm góp phần xây dựng và phát triển nhà trường.
2. Phát triển được mối quan hệ tốt đẹp với thầy cô.
3. Phát triển được mối quan hệ tốt đẹp với các bạn.
4. Thể hiện được khả năng làm chủ và kiểm soát các mối quan hệ qua mạng xã hội.
5. Hợp tác được cùng bạn để thực hiện các hoạt động xây dựng và phát triển nhà trường.
6. Thực hiện và đánh giá được hiệu quả hoạt động phát huy truyền thống nhà trường.
7. Tham gia tích cực các hoạt động giáo dục do Đoàn Thanh niên Cộng sản Hồ Chí Minh tổ chức.
8. Thực hiện được các hoạt động truyền thông về truyền thống nhà trường.

Xác định và tiếp tục rèn luyện những kỹ năng thể hiện xây dựng và phát triển nhà trường.

CHỦ ĐỀ

4

Tham gia tổ chức cuộc sống gia đình

MỤC TIÊU

- Thể hiện sự tự tin trong việc tổ chức sắp xếp hợp lý công việc gia đình.
- Thể hiện được sự quan tâm chăm sóc thường xuyên những người thân trong gia đình.
- Biết cách hoá giải những mâu thuẫn, xung đột xảy ra trong gia đình.



» ĐỊNH HƯỚNG NỘI DUNG

Gia đình là một xã hội thu nhỏ, ở đó bạn được trải nghiệm nhiều phương diện khác nhau của đời sống xã hội. Khi bạn cùng các thành viên trong gia đình tổ chức tốt cuộc sống gia đình, biết cách giải quyết các mâu thuẫn sẽ không chỉ góp phần xây dựng gia đình bạn hạnh phúc, xã hội văn minh mà còn rèn luyện để tổ chức cuộc sống tương lai của chính bạn.

» Các nhiệm vụ cần thực hiện trong chủ đề:

- Tìm hiểu về sự tự tin trong sắp xếp, tổ chức cuộc sống gia đình.
- Tổ chức sắp xếp hợp lý công việc gia đình.
- Quan tâm, chăm sóc thường xuyên người thân trong gia đình.
- Phân tích những mâu thuẫn, xung đột xảy ra trong gia đình và cách hoá giải.
- Thực hành hoá giải mâu thuẫn, xung đột trong gia đình.
- Tổ chức hoạt động chia sẻ, kết nối trong gia đình.
- Tự đánh giá kết quả hoạt động.

» Gợi ý lựa chọn một số nhiệm vụ có thể rèn luyện trong Sinh hoạt dưới cờ và Sinh hoạt lớp:

- Tham gia buổi nói chuyện về vai trò của gia đình đối với cá nhân và xã hội.
- Toạ đàm về kỹ năng tổ chức cuộc sống gia đình.
- Thảo luận nhóm về cách hoá giải mâu thuẫn trong gia đình.
- Chia sẻ cách em đã quan tâm đến các thành viên trong gia đình.
- ...



Tìm hiểu về sự tự tin trong sắp xếp, tổ chức cuộc sống gia đình

1. Giải thích lí do vì sao các thành viên phải cùng tham gia tổ chức cuộc sống gia đình.



Giảm thiểu những căng thẳng
trong gia đình



Gắn kết được các thành viên
trong gia đình



Xây dựng được thói quen làm việc
ngăn nắp và có kế hoạch



Thấu hiểu và hỗ trợ nhau trong
công việc, cuộc sống

2. Chia sẻ các công việc trong gia đình mà em đã tự tin hoặc chưa tự tin khi tổ chức, sắp xếp thực hiện.

Gợi ý

- Tự tin sắp xếp và thực hiện công việc gia đình theo thời gian trong ngày: nấu cơm, dọn dẹp nhà cửa, chăm sóc cây cối,...
- Có thể sắp xếp hợp lý thời gian trong tháng để chăm sóc, thăm hỏi họ hàng, người thân.
- Chưa tự tin để nấu được bữa cơm nhanh chóng mà vẫn đủ các món.
- ...



3. Chỉ ra những kĩ năng được hình thành khi tự tin thực hiện các công việc trong tổ chức cuộc sống gia đình.

Gợi ý

- Kĩ năng tổ chức cuộc sống.
- Kĩ năng quản lí thời gian.
- Kĩ năng giữ gìn nền nếp truyền thống gia phong.
- Kĩ năng chăm sóc và quan tâm đến người thân.
- ...



Tổ chức sắp xếp hợp lý công việc gia đình

1. Thảo luận cách sắp xếp hợp lý giữa công việc cá nhân và gia đình để tổ chức cuộc sống gia đình tốt hơn.

Gợi ý

- Liệt kê công việc cá nhân.
- Liệt kê công việc gia đình.
- Xác định thời gian thực hiện phù hợp.
- ...

Chân trời sáng tạo

2. Thực hành sắp xếp công việc, tổ chức cuộc sống gia đình em vào những dịp lễ, Tết, kì nghỉ,...

Ví dụ

28 Tết	29 Tết	30 Tết	01 Tết	02 Tết
Gói bánh chưng/bánh tết	Mua hoa Tết, dọn dẹp nhà cửa	Chuẩn bị bữa cơm tất niên	Chúc Tết người thân, bạn bè	...



3. Chia sẻ những yếu tố ảnh hưởng đến việc sắp xếp các công việc gia đình.

Gợi ý

- Đặc điểm công việc và thời gian làm việc của bố mẹ.
- Thời gian đi học, thời gian tự học của bản thân và anh chị em.
- Thói quen sinh hoạt, tập thể thao,...
- Những việc đột xuất khác.
- ...



Quan tâm, chăm sóc thường xuyên người thân trong gia đình

1. Thảo luận về các cách giúp thấu hiểu để quan tâm, chăm sóc người thân.

Gợi ý

- Bình tĩnh lắng nghe chia sẻ của người thân.
- Đặt mình vào vị trí người thân.
- Quan sát hành vi, ngôn ngữ cơ thể của người thân để hiểu họ thực sự muốn gì.
- Chủ động trao đổi, chia sẻ.
- Dành thời gian cùng thực hiện/ tham gia các hoạt động cùng người thân.
- ...

2. Thảo luận và xác định những việc làm thể hiện sự quan tâm, chăm sóc thường xuyên người thân trong gia đình.

Gợi ý

- Chủ động thể hiện tình yêu thương, lòng biết ơn bằng lời nói, việc làm cụ thể.
- Lắng nghe, chia sẻ với các thành viên trong gia đình.
- Tôn trọng và có trách nhiệm với công việc nhà được giao.
- Hỗ trợ, chia sẻ với người thân các công việc, hoạt động cần giúp đỡ.
- ...

3. Đóng vai nhân vật trong tình huống dưới đây để thể hiện sự quan tâm, chăm sóc người thân.

TÌNH HUỐNG 1

Ngoài học tập trên lớp, N còn tham gia học nhóm, sinh hoạt Câu lạc bộ Nghệ thuật vào các buổi chiều trong tuần và thứ Bảy. Công việc nhà thường chỉ có mẹ làm mỗi ngày, bố cũng hay đi làm về muộn. Mấy hôm nay mẹ ốm, nhà cửa bể bô, không có người lo cơm nước, phần lớn các bữa ăn N và bố chỉ chuẩn bị qua loa.

N cần quan tâm thường xuyên hơn tới gia đình bằng cách nào?

TÌNH HUỐNG 2

Ông nội từ quê lên khám bệnh và nghỉ ngơi ở nhà Q vào đúng dịp bố nhiều việc nên thời gian để trò chuyện, đưa ông đi chơi cũng ít hơn. Q nghĩ: "Nhà mình ở chung cư, không có vườn để ông chăm sóc, hàng xóm thì đi làm cả ngày ít người để trò chuyện, chắc ông nhớ quê rồi. Mình có thể làm gì mỗi ngày để ông vui hơn nhỉ?".

Nếu là Q, em sẽ làm gì?

4. Chia sẻ cảm xúc em và người thân khi được quan tâm, chăm sóc thường xuyên.



Phân tích những mâu thuẫn, xung đột xảy ra trong gia đình và cách hoá giải

1. Xác định những mâu thuẫn, xung đột có thể xảy ra giữa các thành viên trong gia đình.

Gợi ý

- Mâu thuẫn, xung đột giữa bố và mẹ.
- Mâu thuẫn, xung đột giữa ông bà và bố mẹ.
- Mâu thuẫn, xung đột giữa anh, chị, em trong gia đình.
- Mâu thuẫn, xung đột giữa bản thân với các thành viên trong gia đình.
- ...

2. Phân tích nguyên nhân của các mâu thuẫn, xung đột trong gia đình.

Gợi ý

Sự khác nhau về:

- Quan điểm sống.
- Mong muốn, nhu cầu khác nhau giữa các thành viên,...
- Tính trách nhiệm.
- Tính cách.
- ...

3. Thảo luận cách化解 mâu thuẫn và xung đột trong gia đình.

Gợi ý

- Nói cho mọi người trong gia đình biết mình muốn gì.
- Lắng nghe nhu cầu, nguyện vọng của nhau, thấu hiểu, nhường nhịn và chia sẻ.
- Bình tĩnh, ôn hoà, thảo luận cách thức thực hiện các nhu cầu hợp lý của các thành viên trong gia đình.
- Thống nhất cách mà các thành viên trong gia đình thấy hợp lý.
- Cam kết thực hiện theo thoả thuận thống nhất.
- ...

Chân trời sáng tạo



Thực hành hoá giải mâu thuẫn, xung đột trong gia đình

1. Nhận diện mâu thuẫn, xung đột có thể xảy ra trong gia đình được mô tả qua các hình ảnh và đưa ra cách giải quyết.



Bố sắp về tới nhà
chưa mẹ?

Uhml Lại mỗi
người một việc.



2. Thực hành hoá giải mâu thuẫn, xung đột trong các tình huống.

TÌNH HUỐNG 1

Chiều muộn, bố đi làm về với khuôn mặt tịt lự, mệt mỏi, ông đi lên phòng, thấy con gái đang mải mê vào mạng xã hội mà chưa nấu cơm. Bố bức bối quát lên: "Ngày nào bố cũng thấy con chơi thì thi cử thế nào! Việc nhà thì bỏ bê,...!"

TÌNH HUỐNG 2

Này T, hôm trước mẹ mắng tớ: "Nhà có hai mẹ con, mẹ hỏi gì thì trả lời, không chủ động chia sẻ việc học tập và bạn bè trên lớp với mẹ, cứ thích làm theo ý kiến riêng." Cậu có thường chia sẻ với mẹ không? Làm như thế nào để mẹ hiểu mình nhỉ?

TÌNH HUỐNG 3

Mấy hôm nay mẹ giận bố vì bố đã nhận lời đi du lịch cùng với các gia đình bạn của mẹ theo kế hoạch đặt ra từ trước, nhưng sau bố lại đổi ý để đi chơi với gia đình bên nội. Mẹ nói sẽ không thay đổi kế hoạch, còn tuỳ bố quyết định.

Không biết mình nên đi du lịch cùng mẹ hay đi cùng bố. Mình vẫn chưa biết làm sao để giải quyết việc này.

3. Chia sẻ cách hoá giải những mâu thuẫn, xung đột xảy ra trong gia đình mà em biết hoặc đã tham gia hoá giải.



NHIỆM VỤ 6 Tổ chức hoạt động chia sẻ, kết nối trong gia đình

1. Thiết kế hoạt động để chia sẻ, kết nối các thành viên trong gia đình.

Gợi ý

- Cùng ăn uống và trao đổi.
- Cùng xem phim, ca nhạc,...
- Tổ chức đi chơi, tham quan.
- Cùng thăm hỏi họ hàng.
- Cùng tham gia làm việc, hỗ trợ lẫn nhau.
- ...

2. Thực hiện hoạt động chia sẻ, kết nối các thành viên trong gia đình phù hợp với gia đình em.

3. Chia sẻ cảm xúc của em và các thành viên trong gia đình khi thực hiện được các hoạt động chia sẻ, kết nối.



Tự đánh giá

Đánh giá mức độ đạt được trong việc thực hiện các mục tiêu của chủ đề.

Tốt

Đạt

Chưa đạt

NỘI DUNG ĐÁNH GIÁ

1. Thể hiện được sự tin trong tổ chức, sắp xếp hợp lý công việc gia đình.
2. Thể hiện được sự quan tâm, chăm sóc thường xuyên các thành viên trong gia đình.
3. Hoá giải được những mâu thuẫn, xung đột xảy ra trong gia đình.
4. Tổ chức được một số hoạt động chia sẻ, kết nối với người thân trong gia đình.

Xác định và tiếp tục rèn luyện những kỹ năng tổ chức sắp xếp cuộc sống gia đình.

5

Xây dựng và thực hiện kế hoạch chi tiêu phù hợp

MỤC TIÊU

- Lập được kế hoạch chi tiêu phù hợp với thu nhập trong gia đình.
- Thực hiện được mục tiêu tiết kiệm tài chính trong gia đình.
- Thực hiện được kế hoạch tài chính cá nhân một cách hợp lý.
- Thể hiện sự tự giác và trách nhiệm tham gia các hoạt động lao động khác nhau trong gia đình.



» ĐỊNH HƯỚNG NỘI DUNG

Quản lý tài chính như thế nào để hiệu quả là vấn đề được rất nhiều gia đình quan tâm trong cuộc sống hiện nay. Chủ đề này sẽ giúp các em biết cách quản lý tài chính cá nhân; chủ động và có trách nhiệm tham gia các hoạt động lao động phù hợp nhằm góp phần thực hiện mục tiêu tiết kiệm tài chính trong gia đình.

» Các nhiệm vụ cần thực hiện trong chủ đề:

- Tìm hiểu kế hoạch chi tiêu của cá nhân và gia đình.
- Xây dựng kế hoạch chi tiêu của gia đình phù hợp với thu nhập của các thành viên.
- Thực hiện mục tiêu tiết kiệm tài chính trong gia đình.
- Tham gia các hoạt động lao động trong gia đình.
- Thực hiện kế hoạch tài chính cá nhân hợp lý.
- Tự đánh giá kết quả hoạt động.

» Gợi ý lựa chọn một số nhiệm vụ có thể rèn luyện trong Sinh hoạt dưới cờ và Sinh hoạt lớp:

- Tham gia buổi nói chuyện theo chủ đề chi tiêu phù hợp.
- Tham gia toạ đàm về trách nhiệm của cá nhân đối với lao động trong gia đình.
- Trao đổi về cách thực hiện hiệu quả kế hoạch tài chính cá nhân.
- Xây dựng kế hoạch chi tiêu ngày Tết phù hợp với thu nhập trong gia đình.
- ...



NHIỆM VỤ 1 Tìm hiểu kế hoạch chi tiêu của cá nhân và gia đình

1. Tìm hiểu thực trạng chi tiêu của gia đình trong năm qua.

Gợi ý

- Khoản chi thiết yếu.
- Khoản chi linh hoạt.
- Khoản tiết kiệm.
- ...

Năm vừa rồi có nhiều khó khăn, tuy nhiên với sự cố gắng tiết kiệm của cả nhà nên mọi sinh hoạt phí trong gia đình vẫn đảm bảo.

Bên cạnh đó, bố mẹ vẫn dành được một khoản tiết kiệm để dự phòng.



2. Chỉ ra những đóng góp của em vào việc thực hiện kế hoạch chi tiêu của gia đình trong năm qua.

Gợi ý

- Hạn chế khoản chi không cần thiết.
- Tham gia lao động để góp phần chi trả cho sinh hoạt cá nhân.
- ...

3. Chia sẻ kết quả thực hiện kế hoạch chi tiêu cá nhân của em trong năm qua.



NHIỆM VỤ 2 Xây dựng kế hoạch chi tiêu của gia đình phù hợp với thu nhập của các thành viên

1. Xác định các nguồn thu và chi thường xuyên trong gia đình.

Gợi ý

Thu:

- Nguồn thu cố định.
- Nguồn thu không cố định.

Chi:

- Khoản chi thiết yếu.
- Khoản chi linh hoạt.
- Dành một khoản để tiết kiệm.

2. Lập kế hoạch chi tiêu của gia đình phù hợp với thu nhập của các thành viên và chia sẻ với các bạn.

Gợi ý

Tổng thu nhập:

TÍ	Nguyên tắc 50/30/20 của Elizabeth Warren	Nội dung chi	Số tiền	Tỉ lệ khoản chi/ tổng thu nhập
1	Khoản chi thiết yếu (50%)	Khoản chi thiết yếu: %
2	Khoản chi linh hoạt (30%)	Khoản chi văn hoá tinh thần: %
		Khoản chi ngoài dự kiến:	
		Khoản chi không bắt buộc:	
3	Tiết kiệm (20%)	 %



3. Thực hiện mục tiêu tiết kiệm tài chính trong gia đình

1. Xác định mục tiêu tiết kiệm tài chính trong gia đình vào năm tới.

Gợi ý

Đi du lịch.

Tổ chức kỉ niệm.

Mua sắm chuẩn bị Tết.

Trang trí, làm mới
nhà cửa.

...

2. Lựa chọn mục tiêu, cách tiết kiệm tài chính phù hợp với bản thân.

Ví dụ

- Mục tiêu: Tự sắm cây hoa ngày Tết cho gia đình với số tiền khoảng 500.000 đồng.
- Cách tiết kiệm: Giảm tiền ăn sáng, giảm tiền tiêu vặt, giảm các khoản chi tiêu không thiết yếu.

3. Thực hiện tiết kiệm chi tiêu của gia đình và chia sẻ với các bạn về cách mà bản thân và gia đình em đã tiết kiệm.

Gợi ý

- Tiết kiệm trong tiêu dùng hằng ngày, tránh lãng phí.
- Chỉ mua những thứ thật cần, tránh mua những thứ chỉ do ý thích.
- Không mua những đồ hạ giá và hàng hoá do quảng cáo hấp dẫn.
- Cố gắng tự làm những công việc gia đình.
- ...



NHIỆM VỤ 4 Tham gia các hoạt động lao động trong gia đình

1. Thể hiện sự tự giác và trách nhiệm tham gia các hoạt động lao động trong gia đình.

Gợi ý

- Tự giác sắp xếp thời gian để tham gia các hoạt động trong gia đình như chuẩn bị cơm, dọn dẹp vệ sinh nhà cửa,... theo ngày, tuần,...
- Chủ động hỗ trợ các thành viên trong gia đình hoàn thành việc nhà như bảo dưỡng, sửa chữa một số đồ dùng trong gia đình,...
- Phụ thêm công việc có thu nhập cho gia đình như trồng rau, nuôi gà,...
- ...

2. Tham gia hoạt động lao động phù hợp góp phần giảm chi phí sinh hoạt, gia tăng thu nhập cho gia đình.

Gợi ý

- Làm đồ thủ công để bán.
- Chăn nuôi gia cầm, gia súc.

- Trồng hoa, rau củ quả theo mùa.
- Tự sửa chữa một số đồ dùng trong nhà.
- ...

3. Chia sẻ kết quả tham gia các hoạt động lao động trong gia đình.



Thực hiện kế hoạch tài chính cá nhân hợp lý

1. Thảo luận về cách thực hiện kế hoạch tài chính cá nhân.

Gợi ý

- Luôn luôn ghi chép lại chính xác, rõ ràng, cụ thể các khoản thu chi vào sổ theo dõi.
- Bám sát kế hoạch tài chính cá nhân, kiểm soát các khoản chi đảm bảo chỉ cho các khoản cần chi, không chi cho các khoản muốn chi.
- Điều chỉnh kịp thời nếu nhận thấy có sự bất hợp lý trong các khoản thu chi, có sự khác biệt đáng kể giữa thực tiễn và kế hoạch dự kiến.
- ...

2. Thực hiện kế hoạch tài chính cá nhân.

Kế hoạch tài chính cá nhân

Triển khai trong thực tế

Tập hợp các khoản thu.

- Khoản thu có được từ các nguồn xác định rõ ràng.
- Khoản thu từ hoạt động lao động trong gia đình phù hợp với năng lực và đảm bảo an toàn.
- ...

Xác định các khoản chi.

- Khoản đã chi thuộc nhóm thiết yếu.
- Khoản đã chi thuộc nhóm linh hoạt.
- ...

Xác định các khoản tiết kiệm.

- Bỏ ống tiết kiệm.
- Gửi tiết kiệm.
- Mở tài khoản cá nhân.
- Đưa bối mẹ kinh doanh.
- ...

Kế hoạch tài chính cá nhân

Triển khai trong thực tế

Cân đối, điều chỉnh thu chi đảm bảo thực hiện được kế hoạch tài chính cá nhân đã đưa ra.

Tiếp tục thực hiện kế hoạch tài chính cá nhân đã đưa ra.

- So sánh các khoản đã thu chi, đã tiết kiệm được trong một thời gian với kế hoạch tài chính cá nhân dự kiến.
- Gia tăng các hoạt động lao động góp phần gia tăng khoản thu nếu khoản thu nhỏ hơn so với dự kiến.
- Giảm thiểu các khoản chi linh hoạt, không thực sự cần thiết nếu khoản đã chi vượt quá dự kiến.
- ...

- Cắt giữ riêng khoản cần tiết kiệm được theo tuần, tháng, quý,...
- Chỉ chi tiêu trong khoản sẵn sàng chi, được xác định bằng hiệu số giữa tổng khoản thu và khoản cần tiết kiệm.
- ...

3. Chia sẻ kết quả thực hiện kế hoạch tài chính cá nhân.



Tự đánh giá

Đánh giá mức độ đạt được trong việc thực hiện các mục tiêu của chủ đề.

Tốt

Đạt

Chưa đạt

NỘI DUNG ĐÁNH GIÁ

1. Tinh hiểu được kế hoạch tài chính của gia đình em trong năm qua.
2. Xây dựng được kế hoạch chi tiêu phù hợp với thu nhập của gia đình.
3. Thực hiện được mục tiêu tiết kiệm tài chính trong gia đình.
4. Tham gia các hoạt động lao động khác nhau trong gia đình một cách tự giác và trách nhiệm.
5. Thực hiện được kế hoạch tài chính cá nhân hợp lý.

Xác định và tiếp tục rèn luyện những kỹ năng xây dựng kế hoạch chi tiêu hợp lý của cá nhân và trong gia đình.

CHỦ ĐỀ

6

Thực hiện trách nhiệm với cộng đồng

MỤC TIÊU

- Thể hiện được hành vi văn minh nơi công cộng và trách nhiệm của bản thân với cộng đồng.
- Biết cách xây dựng và phát triển các mối quan hệ với mọi người trong cộng đồng.
- Xây dựng và thực hiện được kế hoạch truyền thông trong cộng đồng về vấn đề văn hoá mạng xã hội.
- Xây dựng được kế hoạch tổ chức hoạt động phát triển cộng đồng và đề xuất được giải pháp quản lí việc thực hiện hoạt động đó.
- Đánh giá được ý nghĩa của hoạt động phát triển cộng đồng.



» ĐỊNH HƯỚNG NỘI DUNG

Mỗi cá nhân cần có trách nhiệm giữ gìn, xây dựng và phát triển những giá trị chung của cộng đồng. Điều đó sẽ thúc đẩy sự phát triển của xã hội và mang lại cuộc sống bình yên, hạnh phúc cho tất cả mọi người. Vì vậy, thực hiện trách nhiệm với cộng đồng chính là thực hiện trách nhiệm với bản thân, gia đình và với toàn xã hội.

» Các nhiệm vụ cần thực hiện trong chủ đề:

- Tìm hiểu trách nhiệm của bản thân với cộng đồng.
- Thể hiện hành vi văn minh nơi công cộng và trách nhiệm với cộng đồng.
- Xây dựng và phát triển các mối quan hệ với mọi người trong cộng đồng.
- Xây dựng và thực hiện kế hoạch truyền thông trong cộng đồng về vấn đề văn hóa mạng xã hội.
- Xây dựng kế hoạch tổ chức hoạt động phát triển cộng đồng và đề xuất giải pháp quản lý thực hiện hoạt động đó.
- Đánh giá ý nghĩa của các hoạt động phát triển cộng đồng.
- Tự đánh giá kết quả hoạt động.

» Gợi ý lựa chọn một số nhiệm vụ có thể rèn luyện trong Sinh hoạt dưới cờ và Sinh hoạt lớp:

- Trao đổi về các cách thể hiện trách nhiệm với cộng đồng phù hợp với lứa tuổi của em.
- Tuyên truyền trong nhà trường về hành vi văn minh nơi công cộng.
- Thảo luận về các biện pháp quản lý hoạt động cộng đồng vì sự phát triển bền vững.
- Hướng ứng các phong trào của tháng Thanh niên.
- ...



Tìm hiểu trách nhiệm của bản thân với cộng đồng

1. Chia sẻ những việc làm thể hiện trách nhiệm của bản thân với cộng đồng.

Gợi ý

Về chính trị

- Tham gia hưởng ứng ngày hội bầu cử Hội đồng nhân dân các cấp, đại biểu Quốc hội,...
- Tham gia vẽ tranh cổ động cho các sự kiện chính trị tại địa phương.
- ...

Về văn hóa - xã hội

- Thể hiện hành vi văn minh nơi công cộng.
- Tổ chức sinh hoạt văn hóa tại địa phương cho thiếu nhi.
- Tham gia các hoạt động nhân đạo, từ thiện.
- ...

Về môi trường

- Tham gia lao động vệ sinh đường làng, ngõ xóm (đường phố, trường học).
- Trồng và chăm sóc cây xanh.
- ...

2. Xác định những hành vi văn minh nơi công cộng.

Gợi ý

Không gian công cộng

Cơ sở tín ngưỡng
tôn giáo, bảo tàng,
thư viện,...

Hành vi văn minh

- Tham gia bảo vệ, đóng góp, phát huy giá trị công trình.
- Giữ gìn trật tự, vệ sinh không gian chung.
- Trang phục phù hợp.
- ...

Không gian công cộng	Hành vi văn minh
Trung tâm thương mại, nhà ga, bến xe,...	<ul style="list-style-type: none"> – Trao đổi thông tin, giao tiếp đúng mục. – Giữ gìn trật tự, an ninh, tôn trọng quy định chung. – Xếp hàng theo quy định. – ...
Khi tham gia giao thông	<ul style="list-style-type: none"> – Tự giác chấp hành Luật Giao thông. – Có thái độ, hành vi ứng xử văn minh, lịch sự khi tham gia giao thông. – Giúp đỡ người bị nạn, cung cấp thông tin về tai nạn giao thông cho cơ quan có thẩm quyền. – ...



Thể hiện hành vi văn minh nơi công cộng và trách nhiệm với cộng đồng

1. Đóng vai các nhân vật để thể hiện hành vi văn minh trong các tình huống.

TÌNH HUỐNG 1

Một nhóm thanh niên cùng đi cổ vũ cho đội tuyển bóng đá mà họ yêu thích. Họ bùn nhau cách cổ vũ đội tuyển.

Em hãy đề xuất và thể hiện cách cổ vũ văn minh.

TÌNH HUỐNG 2

Bạn H rất yêu thích thú cưng và thường đưa thú cưng đi dạo ở công viên gần nhà. Một hôm M đến nhà chơi, H rủ M ra công viên chơi và H cho thú cưng phóng uế ngay trên đường đi.

Nếu là M, em nên làm gì?

2. Thực hiện hành vi văn minh nơi công cộng và nhắc nhở mọi người cùng thực hiện.

3. Chia sẻ cảm nhận của em khi mọi người trong cộng đồng cùng thực hiện hành vi văn minh.



NHIỆM VỤ 3 Xây dựng và phát triển các mối quan hệ với mọi người trong cộng đồng

1. Thảo luận về cách xây dựng và phát triển các mối quan hệ với mọi người trong cộng đồng.

Gợi ý

- Luôn quan tâm tới các gia đình có hoàn cảnh khó khăn.
- Tích cực tham gia các hoạt động trong nhà trường.
- Giữ mối liên hệ thường xuyên với chính quyền địa phương và các tổ chức xã hội tại nơi cư trú.
- Tham gia các hoạt động trong cộng đồng.
- ...



2. Thực hành xây dựng và phát triển các mối quan hệ trong cộng đồng.

TÌNH HUỐNG 1

Lớp em có kế hoạch tổ chức Trung thu cho các em thiếu nhi tại khu vực dân cư gần trường. Để làm được điều này cần có sự phối hợp của cộng đồng địa phương.

Là một thành viên trong lớp, em hãy thu hút cộng đồng vào hoạt động này.

TÌNH HUỐNG 2

Hội Phụ nữ ở phường em đang tổ chức hoạt động nấu cơm từ thiện cho các bệnh nhân khó khăn.

Em muốn được góp sức vào hoạt động này, em cần phải làm như thế nào?

3. Chia sẻ cảm xúc của em khi phát triển tốt các mối quan hệ trong cộng đồng.



NHIỆM VỤ 4 Xây dựng và thực hiện kế hoạch truyền thông trong cộng đồng về vấn đề văn hoá mạng xã hội

1. Thảo luận về các vấn đề văn hoá mạng xã hội.

Gợi ý

- Trao đổi phân biệt tin thật, tin giả.
- Làm thế nào để phòng tránh bị đánh cắp thông tin cá nhân.



- Các thủ đoạn công kích, lôi kéo trên mạng xã hội.
- Nhận diện các hình thức bắt nạt trực tuyến.
- ...

2. Lựa chọn một vấn đề văn hóa mạng xã hội và xây dựng kế hoạch truyền thông.

Ví dụ

KẾ HOẠCH TRUYỀN THÔNG VỀ KĨ NĂNG ỨNG PHÓ VỚI BẮT NẠT TRỰC TUYẾN

1. Mục tiêu:

- Trang bị các kĩ năng ứng phó với bắt nạt trực tuyến.
- Áp dụng kĩ năng ứng phó với bắt nạt trực tuyến trong cuộc sống.

2. Đối tượng truyền thông: Học sinh khối 10, 11, 12 của trường Trung học phổ thông A và thanh thiếu niên trong cộng đồng.

Nội dung truyền thông	Phương thức truyền thông	Thời gian truyền thông	Người thực hiện
Các hình thức bắt nạt trực tuyến và kĩ năng ứng phó với bắt nạt trực tuyến.	<ul style="list-style-type: none"> - Trên các trang fanpage của trường. - Trong các giờ sinh hoạt tập thể. - Loa phát thanh của phường/ xã. - ... 	<ul style="list-style-type: none"> - Giờ sinh hoạt dưới cờ hằng tuần. - Vào 17 giờ thứ Ba, thứ Năm, thứ Bảy hằng tuần. - ... 	<ul style="list-style-type: none"> - Nhóm học sinh lớp 11A. - ...
...



3. Thực hiện kế hoạch truyền thông về vấn đề văn hóa mạng xã hội trong cộng đồng và chia sẻ kết quả.



NHIỆM VỤ 5 Xây dựng kế hoạch tổ chức hoạt động phát triển cộng đồng và đề xuất giải pháp quản lý thực hiện hoạt động đó

1. Xây dựng kế hoạch phát triển cộng đồng.

Ví dụ

KẾ HOẠCH GIÚP ĐỠ XÃ Y SAU BÃO LŨ



2. Thảo luận và hoàn thiện kế hoạch tổ chức hoạt động phát triển cộng đồng.

3. Đề xuất giải pháp quản lý việc thực hiện hoạt động phát triển cộng đồng.

Gợi ý

- Quản lý việc triển khai nội dung theo kế hoạch.
- Quản lý điều kiện, phương tiện thực hiện: loại phương tiện, số lượng, chất lượng.
- Quản lý các thành viên tham gia hoạt động.
- Quản lý việc phối kết hợp giữa các lực lượng, các cơ quan, tổ chức, đơn vị thực hiện, quy mô, cách thức phối hợp.
- Quản lý việc đạt được mục tiêu của hoạt động phát triển cộng đồng.
- ...



Đánh giá ý nghĩa của các hoạt động phát triển cộng đồng

1. Xây dựng các tiêu chí đánh giá ý nghĩa của các hoạt động phát triển cộng đồng.

Gợi ý

- Giúp các cá nhân thể hiện được trách nhiệm của bản thân với cộng đồng.
- Tạo điều kiện để các cá nhân góp phần phát triển các mối quan hệ với mọi người trong cộng đồng.
- Tăng cường sự gắn kết trong tập thể, tăng cường sự hiểu biết lẫn nhau trong cộng đồng.
- Huy động sức mạnh tổng hợp từ nhiều nguồn lực khác nhau trong cộng đồng.
- Thúc đẩy sự phát triển toàn diện và bền vững cho cộng đồng.
- ...

2. Thực hiện đánh giá ý nghĩa của các hoạt động phát triển cộng đồng.

Ví dụ

Đánh giá ý nghĩa của hoạt động giúp đỡ xã Y sau bão lũ:

- Giúp người dân xã Y nhanh chóng ổn định cuộc sống sau bão lũ.
- Là hoạt động để những người dân trong cộng đồng thêm gắn kết và yêu thương nhau.
- Phối hợp được nhiều cá nhân, tổ chức cùng tham gia một hoạt động cộng đồng.
- ...

3. Chia sẻ kết quả đánh giá ý nghĩa của các hoạt động phát triển cộng đồng.



Tự đánh giá

Đánh giá mức độ đạt được trong việc thực hiện các mục tiêu của chủ đề.

Tốt

Đạt

Chưa đạt

NỘI DUNG ĐÁNH GIÁ

1. Thực hiện được trách nhiệm với cộng đồng và hiểu được ý nghĩa của những hoạt động đó đối với cá nhân và cộng đồng.
2. Thể hiện được hành vi văn minh nơi công cộng.
3. Có kỹ năng xây dựng và phát triển mối quan hệ với mọi người trong cộng đồng.
4. Xây dựng và thực hiện được kế hoạch truyền thông trong cộng đồng về vấn đề văn hóa mạng xã hội.
5. Xây dựng được kế hoạch tổ chức hoạt động phát triển cộng đồng.
6. Đề xuất được giải pháp quản lý thực hiện hoạt động phát triển cộng đồng.
7. Đánh giá được ý nghĩa của các hoạt động phát triển cộng đồng.

Xác định và tiếp tục rèn luyện những kỹ năng thực hiện trách nhiệm của bản thân với cộng đồng.

Thông tin về các nhóm nghề cơ bản

MỤC TIÊU

- Sưu tầm được tài liệu về xu hướng phát triển nghề trong xã hội và thị trường lao động.
- Phân loại được các nhóm nghề cơ bản; chỉ ra được đặc trưng, yêu cầu của từng nhóm nghề.
- Phân tích được yêu cầu của nhà tuyển dụng về phẩm chất và năng lực của người lao động.
- Giải thích được ý nghĩa của việc đảm bảo an toàn và sức khoẻ nghề nghiệp của người lao động.
- Đánh giá được điểm mạnh, điểm yếu của bản thân đối với từng nhóm nghề và chỉ ra được phẩm chất và năng lực của bản thân phù hợp hoặc không phù hợp với nhóm nghề, nghề lựa chọn.



» ĐỊNH HƯỚNG NỘI DUNG

Tìm hiểu nhóm nghề trong xã hội là bước quan trọng cho việc đưa ra quyết định lựa chọn nghề nghiệp. Việc khám phá các nhóm nghề không chỉ giúp nhận diện được các đặc điểm, yêu cầu của nhóm nghề, nghề để đánh giá xem mình có phù hợp không, mà còn có thêm những hiểu biết về các ngành nghề.

» Các nhiệm vụ cần thực hiện trong chủ đề:

- Tìm hiểu các nhóm nghề và đặc trưng, yêu cầu của từng nhóm nghề.

- Phân tích những yêu cầu của nhà tuyển dụng về phẩm chất và năng lực của người lao động đối với nhóm nghề em quan tâm.
- Giải thích ý nghĩa của việc đảm bảo an toàn và sức khoẻ nghề nghiệp đối với người lao động.
- Sưu tầm tài liệu về xu hướng phát triển nghề trong xã hội và thị trường lao động.

- Đánh giá sự phù hợp của bản thân đối với các nhóm nghề.
- Tự đánh giá kết quả hoạt động.

» Gợi ý lựa chọn một số nhiệm vụ có thể rèn luyện trong Sinh hoạt dưới cờ và Sinh hoạt lớp:

- Giới thiệu một số cơ sở đào tạo nghề ở địa phương.
- Nghe chuyên gia nói chuyện về xu hướng phát triển nghề trong xã hội hiện đại.
- Trao đổi các yêu cầu của nhà tuyển dụng về phẩm chất và năng lực của người lao động.
- Chia sẻ thông tin về các nhóm nghề mà em quan tâm.
- ...



Tìm hiểu các nhóm nghề và đặc trưng, yêu cầu của từng nhóm nghề

1. Chia sẻ những cách phân loại nhóm nghề mà em biết.

Gợi ý

- Cách phân loại dựa vào Danh mục nghề nghiệp Việt Nam.
- Cách phân loại của một số nhà khoa học về hướng nghiệp.
- Cách phân loại của một số tổ chức khác.
- ...

2. Xây dựng bản mô tả đặc trưng và yêu cầu của từng nhóm nghề.

Gợi ý

Đối với mỗi nhóm nghề cần mô tả:

- Tên nhóm nghề.
- Hoạt động đặc trưng.
- Đặc điểm môi trường làm việc.
- Công cụ lao động.
- Yêu cầu về phẩm chất và năng lực đối với người lao động.
- Chứng chỉ định y học (nếu có).

Ví dụ

Nhóm nhân viên dịch vụ bán hàng:

Nội dung

Mô tả

Hoạt động đặc trưng

- Trao đổi trực tiếp với khách hàng để cung cấp, tư vấn hỗ trợ thông tin về sản phẩm, dịch vụ đáp ứng nhu cầu của khách hàng.
- Tìm hiểu, cập nhật thông tin về dịch vụ và sản phẩm.

Đặc điểm môi trường làm việc

- Môi trường sạch sẽ, an toàn.
- Thái độ tôn trọng, cởi mở, chia sẻ.
- Cơ sở vật chất đáp ứng các quy định, yêu cầu đặt ra.

Công cụ lao động

Các phần mềm quản lý dữ liệu về dịch vụ, sản phẩm và phản hồi khách hàng.

Nội dung	Mô tả
Yêu cầu về phẩm chất và năng lực đối với người lao động	<ul style="list-style-type: none"> – Kỹ năng giao tiếp tốt. – Phân tích thông tin. – Tôn trọng người khác. – Thể hiện tính chuyên nghiệp.
Chống chỉ định y học (nếu có)	<ul style="list-style-type: none"> – Nói ngọng, nói lắp. – Thần kinh không ổn định.

3. Chia sẻ và hoàn thiện bảng mô tả đặc trưng nghề, nhóm nghề mà em quan tâm.

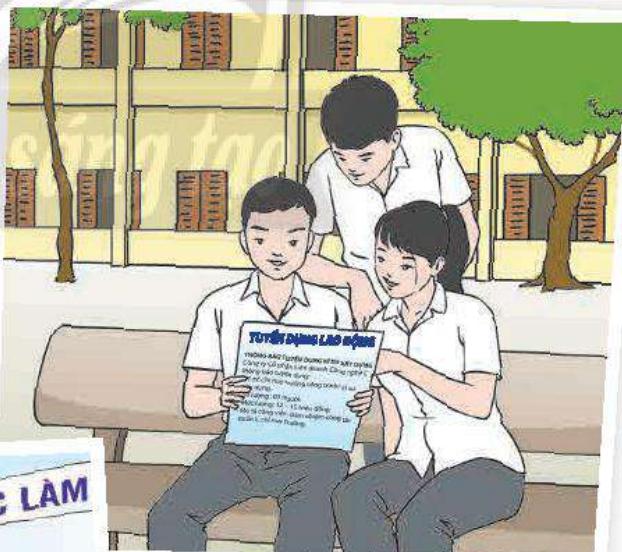


NHẬN HỘI Phân tích những yêu cầu của nhà tuyển dụng về phẩm chất và năng lực của người lao động đối với nhóm nghề em quan tâm

1. Trao đổi cách thu thập thông tin của nhà tuyển dụng về yêu cầu phẩm chất và năng lực đối với nhóm nghề em quan tâm.

Gợi ý

- Phỏng vấn trực tiếp nhà tuyển dụng hoặc người làm trong nghề.
- Đọc thông tin tuyển dụng.
- Tham gia các diễn đàn trao đổi về nghề nghiệp, ngày hội việc làm.
- ...



2. Thu thập và phân tích những yêu cầu về phẩm chất và năng lực của nhóm nghề em quan tâm.

Ví dụ

THÔNG BÁO TUYỂN DỤNG KỸ SƯ XÂY DỰNG

Nhằm đáp ứng nhu cầu nhân sự hiện nay, phòng Nhân sự Công ty Cổ phần B thông báo tuyển dụng vị trí việc làm sau:

• Yêu cầu chung:

1. Sức khoẻ tốt, thân thiện, hoà đồng, cởi mở với đồng nghiệp.
2. Kỹ năng giao tiếp tốt, có tinh thần cầu tiến.
3. Trách nhiệm cao và chịu được áp lực trong công việc.
4. Công việc cụ thể: Kiểm soát chất lượng thi công, tiến độ, an toàn lao động, hiệu quả công trình thi công và lập báo cáo về tình hình công trình; Nắm được bản vẽ phê duyệt dùng thi công. Vẽ hoặc kiểm tra kĩ bản vẽ thiết kế; Đọc và triển khai thành thạo các bản vẽ và hướng dẫn nhà thầu triển khai thi công.
5. Đảm bảo tiến độ.
6. Có thể đi công tác ngoại tỉnh.

• Quyền lợi cho ứng viên:

1. Làm việc trong môi trường thân thiện, năng động, sáng tạo, tự do thể hiện cá tính.
2. Hướng lương và phúc lợi hấp dẫn theo chế độ của công ty.
3. Hỗ trợ công việc ở nhà trong mùa dịch.
4. Không gian làm việc theo phong cách studio.



3. Định hướng rèn luyện những phẩm chất và năng lực của người lao động đối với nhóm nghề em quan tâm.

Gợi ý

- Xác định những phẩm chất và năng lực cần rèn luyện.
- Lựa chọn những cách thức rèn luyện: Trải nghiệm các công việc liên quan đến nghề; kế hoạch học tập và rèn luyện từ các khoá học, hoạt động,...
- Thời gian thực hiện.
- ...



Giải thích ý nghĩa của việc đảm bảo an toàn và sức khoẻ nghề nghiệp đối với người lao động

1. Thảo luận những việc cần làm để đảm bảo an toàn và sức khoẻ nghề nghiệp đối với người lao động.

Gợi ý

- Trang bị đầy đủ trang thiết bị bảo hộ lao động.
- Được tập huấn về an toàn lao động.
- Được nghe phổ biến về những rủi ro có thể gặp trong quá trình lao động.
- Được thăm khám định kỳ, có chế độ chăm sóc đặc biệt với những nghề độc hại ảnh hưởng trực tiếp đến sức khoẻ người lao động.
- ...

2. Thảo luận và lí giải những yêu cầu dưới đây để đảm bảo an toàn và sức khoẻ của người lao động.

- Thời gian làm việc của người lái xe ô tô không được lái xe liên tục quá 4 giờ.
- Hằng năm, người sử dụng lao động phải tổ chức khám sức khoẻ định kỳ cho người lao động, kể cả người học nghề, thực tập nghề.
- Người sử dụng lao động phải bảo đảm nơi làm việc đạt yêu cầu về không gian, nhiệt độ, độ ẩm, tiếng ồn.
- ...

3. Trao đổi về ý nghĩa của việc cần đảm bảo an toàn và sức khoẻ nghề nghiệp đối với người lao động.

Gợi ý

Nâng cao năng suất lao động.

Dảm bảo hiệu quả công việc

Dảm bảo sức khoẻ.

...



NHIỆM VỤ 4 Sưu tầm tài liệu về xu hướng phát triển nghề trong xã hội và thị trường lao động

1. Xác định các nguồn thu thập thông tin cho việc tìm hiểu xu hướng phát triển nghề trong xã hội và thị trường lao động.

Gợi ý

- Trung tâm hướng nghiệp trong nhà trường.
- Trung tâm giới thiệu việc làm.
- Các buổi thảo luận, trao đổi về xu hướng phát triển nghề.
- Các bài báo, bài viết có nội dung liên quan đến xu hướng phát triển nghề.
- Các trang web trực tuyến liên quan đến xu hướng phát triển nghề.
- ...

2. Thu thập và chia sẻ những thông tin về xu hướng phát triển nghề trong xã hội và thị trường lao động.

Gợi ý

- Các nghề mới xuất hiện.
- Các nghề vẫn ổn định trong những năm gần đây.
- Các nghề đang giảm số lượng lao động.
- Các nghề thu hút nhiều nhân lực lao động và giới trẻ hiện nay.
- Các lĩnh vực lao động có nhu cầu tăng lên trong xã hội.
- ...



NHIỆM VỤ 5 Đánh giá sự phù hợp của bản thân đối với các nhóm nghề

1. Phân tích mức độ phù hợp về phẩm chất và năng lực đối với yêu cầu của nhóm nghề.

Ví dụ:

A là người ngăn nắp, tỉ mỉ, có năng lực tổ chức, yêu động vật, yêu thơ ca, đặc biệt thích hoạt động ngoài thiên nhiên, trải nghiệm cuộc sống. Tuy nhiên, A thấy mình chưa tự tin trong giao tiếp và không giỏi công nghệ.

Nhóm nghề nào phù hợp với A?

- Nhóm nghề dịch vụ lưu trú và ăn uống.
- Nhóm nghề về bán hàng, tiếp thị và quan hệ công chúng.

- Nhóm nghề thư ký hành chính.
- Nhóm nghề về nghệ thuật, văn hoá và ẩm thực.
- Nhóm nghề liên quan đến tư vấn nông nghiệp, lâm nghiệp và thuỷ sản.
- Nhóm nghề chuyên môn về bảo vệ môi trường.
- ...

2. Thực hành đánh giá mức độ đáp ứng của bản thân với các yêu cầu của các nhóm nghề trên.

Gợi ý

Đánh giá mức độ đáp ứng dựa trên:

- Xác định phẩm chất và năng lực của bản thân.
- Nhận diện được các đặc điểm, yêu cầu của các nhóm nghề.
- ...

3. Thực hành đánh giá điểm mạnh, điểm yếu và mức độ đáp ứng của bản thân đối với nhóm nghề mà em quan tâm.

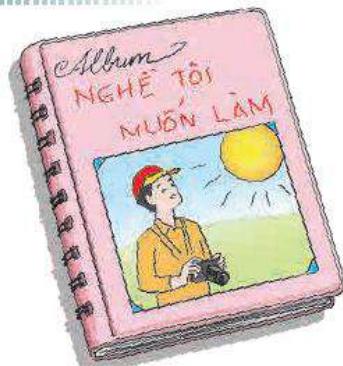
Gợi ý

- Nêu tên nhóm nghề quan tâm.
- Viết ra những phẩm chất và năng lực cần cho nghề, nhóm nghề này.
- Đánh giá bản thân theo một số thang đánh giá (trắc nghiệm Holland, MBTI,...)
- So sánh kết quả tự đánh giá với yêu cầu của nghề, nhóm nghề.
- ...

4. Xây dựng một tập thông tin nghề mà em quan tâm.

Gợi ý

- Thông tin cá nhân (tên, tuổi).
- Sở thích.
- Nhóm nghề, nghề mong muốn làm.
- Đặc trưng và yêu cầu của nghề, nhóm nghề.
- Các biểu hiện, hoạt động thể hiện khả năng thực hiện ngành nghề.
- Các phẩm chất và năng lực cần rèn luyện.
- Tập thông tin nghề được cập nhật theo từng học kì hoặc năm học.
- ...



5. Định hướng rèn luyện bản thân phù hợp với nghề lựa chọn.

Gợi ý

- Tham gia trải nghiệm một số nghề nghiệp phù hợp.
- Xác định những phẩm chất và năng lực cần rèn luyện: tính kỉ luật, tinh thần trách nhiệm,...
- Lựa chọn cách rèn luyện phù hợp với điều kiện của bản thân.
- Xác định thời gian thực hiện có tính khả thi.
- Ghi nhận kết quả đạt được.
- ...



Tự đánh giá

Đánh giá mức độ đạt được trong việc thực hiện các mục tiêu của chủ đề

Tốt

Đạt

Chưa đạt

NỘI DUNG ĐÁNH GIÁ

1. Sưu tầm được tài liệu về xu hướng phát triển nghề trong xã hội và thị trường lao động.
2. Phân loại được các nhóm nghề cơ bản.
3. Chỉ ra được đặc trưng, yêu cầu của từng nhóm nghề.
4. Phân tích được yêu cầu của nhà tuyển dụng về phẩm chất và năng lực của người lao động theo nhóm nghề, nghề mà em quan tâm.
5. Giải thích được ý nghĩa của việc đảm bảo an toàn và sức khoẻ nghề nghiệp đối với người lao động.
6. Đánh giá được điểm mạnh và điểm yếu của bản thân đối với từng nhóm nghề.
7. Chỉ ra được phẩm chất và năng lực của bản thân phù hợp hoặc không phù hợp với nhóm nghề, nghề lựa chọn.

Xác định và tiếp tục rèn luyện những kỹ năng thể hiện việc tìm hiểu nhóm nghề và các cơ sở đào tạo nghề trong xã hội.

8 Học tập và rèn luyện theo định hướng nghề nghiệp

MỤC TIÊU

- Nhận diện được hứng thú, sở trường của bản thân và có kế hoạch phát triển sở trường liên quan đến định hướng nghề nghiệp trong tương lai.
- Xác định được những trường đào tạo nghề liên quan đến việc học tập hướng nghiệp của bản thân.
- Trình bày được các thông tin cơ bản về các trường trung cấp, cao đẳng, đại học liên quan đến nhóm nghề, nghề mà bản thân định lựa chọn.
- Tham vấn được ý kiến của thầy cô, gia đình, bạn bè về dự kiến ngành, nghề lựa chọn.
- Để xuất được giải pháp học tập, rèn luyện theo định hướng nghề nghiệp.
- Xây dựng và thực hiện kế hoạch học tập theo định hướng ngành, nghề lựa chọn.
- Đánh giá được thuận lợi, khó khăn trong việc xây dựng và thực hiện kế hoạch rèn luyện theo nhóm nghề lựa chọn.



» ĐỊNH HƯỚNG NỘI DUNG

Học tập và rèn luyện theo định hướng nghề nghiệp có vai trò quan trọng với mỗi học sinh trung học phổ thông, giúp các em xây dựng và thực hiện được kế hoạch học tập, rèn luyện và phát triển sở trường liên quan đến nghề nghiệp lựa chọn trong tương lai.

» Các nhiệm vụ cần thực hiện trong chủ đề:

- Nhận diện hứng thú, sở trường của bản thân đối với nghề nghiệp trong tương lai.
- Xác định các trường đào tạo nghề liên quan đến định hướng nghề nghiệp của bản thân.

- Tham vấn thầy cô, gia đình và các bạn về định hướng nghề nghiệp.
- Đề xuất giải pháp học tập, rèn luyện theo định hướng nghề nghiệp.
- Xây dựng và thực hiện kế hoạch phát triển sở trường liên quan đến ngành nghề lựa chọn trong tương lai.
- Xây dựng và thực hiện kế hoạch học tập theo định hướng nghề nghiệp của bản thân.

- Đánh giá những thuận lợi, khó khăn trong việc xây dựng, thực hiện kế hoạch học tập, rèn luyện theo nhóm nghề lựa chọn.
- Tự đánh giá kết quả hoạt động.

» Gợi ý lựa chọn một số nhiệm vụ có thể rèn luyện trong Sinh hoạt dưới cờ và Sinh hoạt lớp:

- Tham gia các hoạt động của ngày hội hướng nghiệp, tuyển sinh.
- Giao lưu với chuyên gia hướng nghiệp.
- Chia sẻ kế hoạch phát triển hứng thú, sở trường của bản thân liên quan đến nghề nghiệp.
- Tham vấn ý kiến của bạn bè để định hướng lựa chọn nghề cho bản thân tốt hơn.
- ...



Nhận diện hứng thú, sở trường của bản thân đối với nghề nghiệp trong tương lai

1. Nhận diện hứng thú nghề nghiệp của bản thân.

Gợi ý

- Thích thú khi được tìm hiểu về nghề.
- Mong muốn tìm hiểu sâu hơn về nghề đang hướng đến.
- Có cảm xúc với nghề này trong thời gian dài.
- ...

Ví dụ

Từ khi học tiểu học, H đã thể hiện sự yêu thích lĩnh vực công nghệ thông tin (IT). H tỏ ra hào hứng khi được giới thiệu về sự phát triển của lĩnh vực này. H dành khá nhiều thời gian để tìm hiểu về các công việc và những đòi hỏi của công việc trong lĩnh vực IT đối với người lao động. H muốn trở thành nhà thiết kế phần mềm trong tương lai.

2. Chỉ ra sở trường của bản thân đối với nghề nghiệp trong tương lai.

Mình luôn luôn đúng giờ,
có khả năng làm việc nhóm.
Mình có thể dễ dàng thích
 ứng với mọi hoàn cảnh, và đây
 là thế mạnh nếu mình chọn
 nghề công tác xã hội.

Mình có khả năng làm việc độc
 lập và có thể làm việc trong
 phòng thí nghiệm hằng giờ.
 Kết quả học tập các môn Vật lí,
 Hoá học và Sinh học của mình
 luôn đạt điểm xuất sắc, mình
 muốn trở thành nhà khoa học
 trong tương lai.



3. Chia sẻ sở trường và hóng thú nghề nghiệp của em với các bạn.

Ví dụ

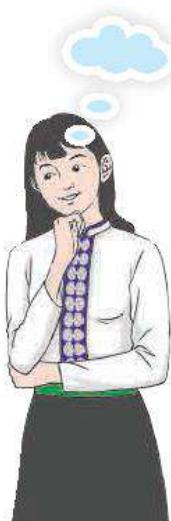


NHIỆM VỤ 2 Xác định các trường đào tạo nghề liên quan đến định hướng nghề nghiệp của bản thân

1. Xác định trường đào tạo nghề liên quan đến việc học tập hướng nghiệp.

Gợi ý

- Xác định nhóm ngành đào tạo liên quan đến nhóm nghề, nghề lựa chọn.
- Xác định nhóm ngành đào tạo có thể lựa chọn dựa trên các môn học đang học tập.
- Xác định trường đào tạo nghề có nhóm ngành đào tạo liên quan đến nhóm nghề, nghề lựa chọn và các môn học lựa chọn.
- ...



2. Xác định những thông tin cần thu thập về các trường đào tạo nghề liên quan đến định hướng nghề nghiệp của bản thân.

Gợi ý

- Tên trường và danh mục các chương trình đào tạo của trường liên quan đến nghề mình lựa chọn.
- Trình độ đào tạo của các chương trình đào tạo: đại học, cao đẳng, trung cấp; tương ứng với hệ đào tạo chính quy hay liên thông.
- Chương trình đào tạo quan tâm thuộc định hướng nghiên cứu hay định hướng thực hành,... với mức học phí tương ứng.
- Điều kiện và kết quả tuyển sinh trong những năm gần đây của các trường có ngành nghề đào tạo mà mình muốn lựa chọn.
- Điều kiện học tập và sinh hoạt của các trường có ngành nghề đào tạo mà mình muốn lựa chọn.
- ...

3. Xác định nguồn thu thập thông tin của các trường có ngành nghề đào tạo mà mình muốn lựa chọn.

Gợi ý

Trang web, fanpage,...
của các cơ sở đào tạo
có liên quan đến định
hướng nghề nghiệp
của bản thân.

Qua báo, tạp chí khoa
học chuyên ngành.

Trao đổi qua điện
thoại hoặc trực tiếp
với phòng chức năng
của các cơ sở đào
tạo có liên quan đến
định hướng nghề
nghiệp của bản thân.

...

4. Chia sẻ kết quả tìm hiểu thông tin về các trường đào tạo liên quan đến định hướng nghề nghiệp của bản thân.



NHẬN TỰ 3 Tham vấn thầy cô, gia đình và các bạn về định hướng nghề nghiệp

1. Thảo luận nội dung cần thực hiện theo các bước khi tham vấn thầy cô, gia đình và các bạn về định hướng nghề nghiệp.

Bước 1: Chia sẻ thông tin cần được tham vấn.

Gợi ý:

- Cung cấp thông tin của nhóm nghề, nghề lựa chọn; của ngành đào tạo.
- Trình bày những khó khăn, thuận lợi của bản thân đối với việc đáp ứng các yêu cầu tuyển sinh, các yêu cầu của nghề.
- ...

Bước 3: Đánh giá mức độ phù hợp giữa mong muốn của bản thân với năng lực, phẩm chất của bản thân.

Gợi ý:

- Nếu có sự phù hợp, hãy chỉ ra sự phù hợp và thuyết phục người thân về sự lựa chọn của mình,...
- Nếu không có sự phù hợp thì cần xem xét, cân nhắc các gợi ý mà người thân đã tham vấn,...
- ...

Bước 2: Lắng nghe, phản hồi ý kiến của thầy cô, gia đình, người thân.

Gợi ý:

- Tư thế ngồi và mắt hướng về người xin tham vấn.
- Nhắc lại câu hỏi, câu trả lời của người tham vấn để thể hiện sự ghi nhận và hiểu rõ hơn thông tin.
- ...

Bước 4: Tiếp tục xin tham vấn thầy cô, bố mẹ và các bạn những việc làm, rèn luyện tiếp theo,...

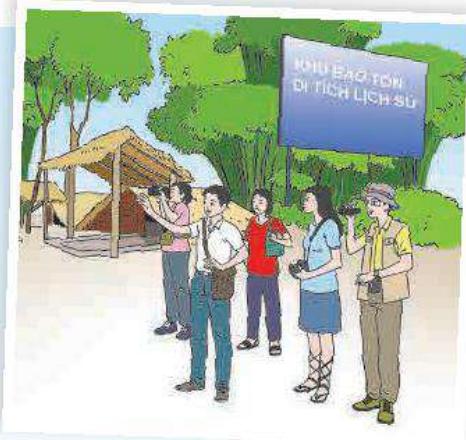
Gợi ý:

- Chủ động chia sẻ những việc để có thể rèn luyện tiếp theo.
- Chia sẻ kế hoạch rèn luyện tiếp theo.
- ...

2. Đóng vai nhân vật cần tham vấn trong các tình huống.

TÌNH HUỐNG 1

B am hiểu khá nhiều kiến thức về lịch sử và cảnh quan vùng miền. B muốn được trải nghiệm thật nhiều các vùng miền khác nhau nên B muốn chọn ngành đào tạo có liên quan đến du lịch. Các bạn trong lớp thấy B có khả năng thuyết trình rất tốt và nắm chắc kiến thức các môn học nên khuyên B chọn trường sư phạm. B phân vân giữa nghề hướng dẫn viên du lịch và nghề dạy học.



Nếu là B, em sẽ xin tham vấn những gì từ cô giáo chủ nhiệm?

TÌNH HUỐNG 2



P mơ ước trở thành bác sĩ. P thấy mình có đủ năng lực để thi đỗ vào trường Đại học Y nhưng trường lại ở rất xa nhà. Tại địa phương P cũng có trường Trung cấp Y và sau khi tốt nghiệp sẽ trở thành y tá.

Nếu là P, em sẽ xin tham vấn từ bố mẹ thế nào?

TÌNH HUỐNG 3

Bố mẹ muốn D đi du học về ngành Công nghệ thông tin. D chưa quyết định lựa chọn vì trình độ tiếng Anh còn hạn chế và nhu cầu lao động với ngành nghề này hiện nay khá cao nhưng tương lai thì không biết như thế nào. D quen một số anh chị lớp trên đã và đang học về ngành đào tạo này ở trong nước và cả nước ngoài.



Nếu là D, em sẽ xin tham vấn những gì từ những anh chị này?

3. Thực hiện tham vấn ý kiến của thầy cô, gia đình, các bạn về định hướng nghề nghiệp của bản thân và chia sẻ kết quả tham vấn.



Đề xuất giải pháp học tập, rèn luyện theo định hướng nghề nghiệp

1. Thảo luận về các giải pháp học tập, rèn luyện theo định hướng nghề nghiệp.

Gợi ý

- Xác định các môn học phù hợp với định hướng nghề nghiệp.
- Chủ động tham gia các hoạt động xã hội, câu lạc bộ khác nhau.
- Gặp gỡ, trao đổi với những người thành công trong nghề mình muốn chọn.
- Xây dựng và thực hiện kế hoạch phát triển sở trường liên quan đến định hướng nghề nghiệp trong tương lai.
- Trải nghiệm thực tiễn nghề nghiệp dự định lựa chọn.
- ...

2. Lựa chọn giải pháp học tập, rèn luyện phù hợp với định hướng nghề nghiệp của nhân vật trong các tình huống.

TÌNH HUỐNG 1

N và H đều thích học các môn như Ngữ văn, Lịch sử, Địa lí và cùng muốn trở thành luật sư. Tuy nhiên, hai bạn đều rất ngại trình bày, thuyết trình trước đám đông.

TÌNH HUỐNG 2

T có ước mơ trở thành tiếp viên hàng không. Tìm hiểu các yêu cầu nghề nghiệp, T thấy mình cơ bản đáp ứng, chỉ có ngoại ngữ là phải cố gắng rất nhiều.

3. Đề xuất giải pháp học tập, rèn luyện theo định hướng nghề nghiệp phù hợp với bản thân.



Xây dựng và thực hiện kế hoạch phát triển sở trường liên quan đến ngành nghề lựa chọn trong tương lai

1. Xây dựng kế hoạch phát triển sở trường của bản thân liên quan đến nghề lựa chọn trong tương lai.

Gợi ý

- Tên kế hoạch: Kế hoạch phát triển sở trường của bản thân.
- Mục tiêu: Phát triển được một số năng khiếu âm nhạc như biết chơi một số nhạc cụ để sau này trở thành nhà sáng tác.

Sở trường	Cách rèn luyện	Nguồn hỗ trợ	Thời gian	Đánh giá kết quả rèn luyện
Q có khả năng cảm thụ âm nhạc rất tốt.	Tham gia câu lạc bộ nghệ thuật của trường.	Bố mẹ	Cuối tuần	...
...

2. Thực hiện và chia sẻ kết quả thực hiện kế hoạch phát triển sở trường của bản thân.



6 Xây dựng và thực hiện kế hoạch học tập theo định hướng nghề nghiệp của bản thân

1. Xây dựng kế hoạch học tập theo định hướng nghề nghiệp của bản thân.

Ví dụ

- Tên kế hoạch:** Kế hoạch học tập theo định hướng nghề nghiệp của bản thân.
- Mục tiêu học tập:** Nâng cao kết quả học tập của môn Sinh học và môn Hoá học để đáp ứng được điều kiện tuyển sinh của ngành Y/ Dược.

Nội dung học tập rèn luyện	Cách thức tiến hành thực hiện	Thời gian thực hiện	Kết quả đạt được	Điều chỉnh
Hệ thống hoá kiến thức cơ bản trong môn Sinh học và Hoá học.	Tập hợp các tài liệu liên quan đến nội dung trong các chủ đề của môn Sinh học và Hoá học. Trao đổi theo nhóm cặp với bạn/ đôi bạn cùng chung mục đích về kiến thức đang tìm hiểu.	1 buổi/ tuần đối với mỗi môn học	Bảng sơ đồ hệ thống kiến thức của môn Sinh học và Hoá học; chỉ ra những mối liên hệ, quan hệ ở những kiến thức liên quan.	Điều chỉnh nếu mức độ hệ thống hoá chưa đầy đủ. Củng cố, gia tăng bằng cách so sánh, phân biệt giữa các đơn vị kiến thức.

Nội dung học tập rèn luyện	Cách thức tiến hành thực hiện	Thời gian thực hiện	Kết quả đạt được	Điều chỉnh
Vận dụng kiến thức đã học từ môn Hoá học và Sinh học vào các tình huống mở rộng của cuộc sống.	Sử dụng kiến thức Hoá học và Sinh học để giải thích một số phản ứng tốt hoặc xấu xảy ra trong cơ thể, trong môi trường thiên nhiên và ảnh hưởng đến sức khoẻ con người.	1 tiếng mỗi ngày đối với mỗi môn học.	Đánh giá thông qua mức độ hoàn thành các nhiệm vụ học tập mà giáo viên đưa ra và các cuộc thi về Sinh học, Hoá học.	Điều chỉnh bằng cách tìm ra những kỹ năng chưa tốt; mở rộng các dạng bài tập, những tình huống thực tiễn.
Nâng cao kỹ năng thực hành thí nghiệm và quan sát những tác động của thay đổi môi trường đến hệ sinh thái.	Tham gia câu lạc bộ Sinh học; câu lạc bộ Hoá học.	1 buổi/tuần đối với môn Sinh học và 1 buổi/tuần đối với môn Hoá học.	Xác định mức độ thành thạo trong thực hành thí nghiệm và trả lời được những câu hỏi về mối liên hệ giữa thay đổi môi trường và hệ sinh thái.	Điều chỉnh bằng cách tăng cường các nhiệm vụ thiết kế, thực hiện thí nghiệm thực, ảo/ mô phỏng.

2. Thực hiện và chia sẻ kết quả thực hiện kế hoạch học tập định hướng nghề nghiệp của bản thân.



Đánh giá những thuận lợi, khó khăn trong việc xây dựng, thực hiện kế hoạch học tập, rèn luyện theo nhóm nghề lựa chọn

1. Đánh giá những thuận lợi trong việc xây dựng và thực hiện kế hoạch.

Gợi ý

- Có sự giúp đỡ, hỗ trợ của người thân và thầy cô.
- Nhà trường tổ chức nhiều hoạt động để học sinh phát triển bản thân.
- ...



2. Đánh giá những khó khăn trong việc xây dựng và thực hiện kế hoạch.

Gợi ý

- Chưa xác định được đúng hướng nghề mình muốn chọn hoặc nghề mà mình có thể phát huy được năng lực, sở trường.
- Chưa có câu lạc bộ hướng nghiệp theo đúng sở thích của mình.
- ...

3. Chia sẻ những thuận lợi và khó khăn của bản thân trong xây dựng và thực hiện kế hoạch học tập, rèn luyện theo nhóm nghề lựa chọn.



Tự đánh giá

Đánh giá mức độ đạt được trong việc thực hiện các mục tiêu của chủ đề.

Tốt

Đạt

Chưa đạt

NỘI DUNG ĐÁNH GIÁ

1. Nhận diện được hứng thú nghề nghiệp của bản thân.
2. Xác định được sở trường của bản thân đối với nghề nghiệp trong tương lai.
3. Trình bày được các thông tin cơ bản về các trường đào tạo liên quan đến nhóm nghề, nghề mà bản thân định lựa chọn.
4. Xác định được những trường đào tạo nghề liên quan đến định hướng nghề nghiệp của bản thân.
5. Tham vấn được ý kiến của thầy cô, gia đình, bạn bè về định hướng ngành, nghề lựa chọn.
6. Đề xuất và thực hiện được giải pháp học tập, rèn luyện theo định hướng nghề nghiệp.
7. Xây dựng và thực hiện được kế hoạch phát triển sở trường của bản thân có liên quan đến định hướng nghề nghiệp trong tương lai.
8. Xây dựng và thực hiện được kế hoạch học tập theo định hướng ngành, nghề lựa chọn.
9. Đánh giá được thuận lợi, khó khăn trong việc xây dựng và thực hiện kế hoạch học tập, rèn luyện theo nhóm nghề lựa chọn.

Xác định và tiếp tục rèn luyện những kỹ năng để phát triển bản thân theo định hướng nghề nghiệp.

CHỦ ĐỀ

9

Bảo vệ môi trường, cảnh quan thiên nhiên, danh lam thắng cảnh và tài nguyên ở địa phương

MỤC TIÊU

- Nhận ra ý nghĩa của cảnh quan thiên nhiên đối với trạng thái cảm xúc của bản thân.
- Đánh giá được thực trạng bảo tồn danh lam thắng cảnh của cộng đồng dân cư tại địa phương.
- Chủ động, tích cực thực hiện việc bảo tồn cảnh quan thiên nhiên, quảng bá hình ảnh cảnh quan thiên nhiên và kêu gọi mọi người cùng thực hiện.
- Nghiên cứu, khảo sát thực trạng môi trường tự nhiên ở địa phương, tác động của sự phát triển sản xuất kinh doanh đến môi trường và báo cáo kết quả khảo sát.
- Đưa ra được các kiến nghị về bảo vệ môi trường từ số liệu khảo sát.
- Tuyên truyền đến người dân địa phương các biện pháp bảo vệ tài nguyên.



» ĐỊNH HƯỚNG NỘI DUNG

Môi trường tự nhiên và cảnh quan thiên nhiên có ý nghĩa rất quan trọng đối với đời sống của con người. Tuy nhiên, do hoạt động khai thác tài nguyên, lao động sản xuất và các thói quen trong sinh hoạt,... làm cho môi trường ngày càng bị ô nhiễm, cảnh quan thiên nhiên bị phá vỡ. Làm thế nào để bảo vệ tài nguyên thiên nhiên, bảo tồn danh lam thắng cảnh ở địa phương? Chủ đề này sẽ giúp chúng ta xác định được ý nghĩa của môi trường và cảnh quan thiên nhiên đối với cuộc sống con người, đánh giá được thực trạng môi trường, cảnh quan thiên nhiên ở địa phương và đề xuất được các biện pháp bảo vệ môi trường, bảo tồn và quảng bá cảnh quan thiên nhiên, danh lam thắng cảnh ở địa phương.

» Các nhiệm vụ cần thực hiện trong chủ đề:

- Nhận diện ý nghĩa của môi trường và cảnh quan thiên nhiên đối với trạng thái cảm xúc của con người.
- Đánh giá thực trạng bảo tồn danh lam thắng cảnh của cộng đồng dân cư tại địa phương.
- Thực hiện bảo tồn và quảng bá hình ảnh cảnh quan thiên nhiên ở địa phương.
- Khảo sát, đánh giá thực trạng môi trường tự nhiên, tác động của hoạt động sản xuất kinh doanh đến môi trường tại địa phương.
- Kiến nghị bảo vệ môi trường ở địa phương.
- Tuyên truyền biện pháp bảo vệ tài nguyên ở địa phương.
- Tự đánh giá kết quả hoạt động.

» Gợi ý lựa chọn một số nhiệm vụ có thể rèn luyện trong Sinh hoạt dưới cờ và Sinh hoạt lớp:

- Hướng Ứng phong trào vì môi trường xanh.
- Báo cáo kết quả khảo sát về thực trạng môi trường.
- Tuyên truyền các biện pháp bảo vệ môi trường.
- Triển lãm ảnh về danh lam thắng cảnh ở địa phương.
- Thảo luận về các nguồn tài nguyên ở địa phương và cách bảo vệ.
- Phát động phong trào làm đỗ tái chế.
- ...



NHIỆM VỤ 1 Nhận diện ý nghĩa của môi trường và cảnh quan thiên nhiên đối với trạng thái cảm xúc của con người

1. Thảo luận và xác định ý nghĩa của cảnh quan thiên nhiên đối với cảm xúc của con người.

Gợi ý

TÍ	Cảnh quan	Cảm xúc tích cực (vui vẻ, thích thú, thoải mái,...)	Cảm xúc tiêu cực (buồn chán, khó chịu, bức xúc,...)
1	Hồ nước rất trong và đẹp.
2	Hồ có nhiều vầng dầu, nhiều chất thải rắn nổi trên bề mặt.
3	Cảnh bãi biển sạch sẽ, nước trong xanh.
4	Cảnh công viên cây cối bị bê gãy, cành lá xơ xác.
...

2. Chia sẻ cảm xúc của em trước cảnh quan thiên nhiên tại địa phương.



NHIỆM VỤ 2 Đánh giá thực trạng bảo tồn danh lam thắng cảnh của cộng đồng dân cư tại địa phương

1. Tìm hiểu thực trạng bảo tồn danh lam thắng cảnh của cộng đồng dân cư tại địa phương.

Gợi ý

- Tên danh lam thắng cảnh.
- Xác định những việc làm, biện pháp của người dân góp phần bảo vệ danh lam thắng cảnh.
- Lựa chọn một số hình thức khảo sát đánh giá phù hợp.
- Xác định đối tượng cần khảo sát.
- Tiến hành khảo sát.
- ...

2. Viết báo cáo đánh giá thực trạng bảo tồn danh lam thắng cảnh của cộng đồng dân cư tại địa phương.

Gợi ý

- Tên danh lam thắng cảnh.
- Phương pháp khảo sát.
- Thực trạng:
 - + Ưu điểm
 - + Tồn tại
 - + Nguyên nhân
- Kiến nghị.



3. Trình bày và hoàn thiện báo cáo.



Thực hiện bảo tồn và quảng bá hình ảnh cảnh quan thiên nhiên ở địa phương

1. Thảo luận và xác định các biện pháp bảo tồn cảnh quan thiên nhiên ở địa phương mà học sinh có thể chủ động và tích cực thực hiện.

Gợi ý

- Tuyên truyền nâng cao ý thức của người dân và khách du lịch trong việc bảo tồn cảnh quan thiên nhiên.
- Vệ sinh cảnh quan và môi trường xung quanh cảnh quan thiên nhiên.
- ...

2. Tổ chức thực hiện biện pháp bảo tồn cảnh quan thiên nhiên ở địa phương.

Gợi ý

- Lựa chọn các biện pháp đã thảo luận ở hoạt động 1.
- Lập kế hoạch thực hiện (thời gian, địa điểm, cách thực hiện,...).
- Tổ chức thực hiện theo kế hoạch.
- Chia sẻ kết quả thực hiện.
- ...

3. Tổ chức thực hiện quảng bá cảnh quan thiên nhiên ở địa phương.

Gợi ý

- Lựa chọn cảnh quan.
- Xây dựng kịch bản nội dung, hình thức, địa điểm và đối tượng quảng bá.
- Tổ chức thực hiện quảng bá.
- Chia sẻ kết quả thực hiện.
- ...

4. Thảo luận và thực hiện biện pháp kêu gọi mọi người cùng bảo vệ và quảng bá cảnh quan thiên nhiên ở địa phương.

Gợi ý

- Tổ chức các trò chơi, diễn tiểu phẩm về bảo vệ cảnh quan ở địa phương.
- Tổ chức thiết kế các ấn phẩm, truyện,... về bảo vệ cảnh quan.
- ...



4. Khảo sát, đánh giá thực trạng môi trường tự nhiên, tác động của hoạt động sản xuất kinh doanh đến môi trường tại địa phương

1. Lập kế hoạch khảo sát.

Gợi ý

TRƯỜNG TRUNG HỌC PHỔ THÔNG A
LỚP 11A1

KẾ HOẠCH

Khảo sát thực trạng môi trường tự nhiên tại địa phương

... ngày ... tháng ... năm ...

1. Mục tiêu:

2. Thời gian, địa điểm:

3. Tổ chức thực hiện.

Nội dung khảo sát	Cách tiến hành	Thời gian	Người thực hiện	Sản phẩm

Người lập kế hoạch

2. Khảo sát thực trạng.

Gợi ý

Môi trường tự nhiên tại địa phương	Mô tả thực trạng
Môi trường đất	...
Môi trường nước	...
Môi trường không khí	...

3. Báo cáo kết quả khảo sát.

Gợi ý

BÁO CÁO KẾT QUẢ KHẢO SÁT

Thực trạng môi trường, tác động của hoạt động sản xuất kinh doanh đến môi trường

..., ngày ... tháng ... năm ...

Nhóm: Lớp Trường

Địa điểm khảo sát:

Kết quả khảo sát:

- Thực trạng môi trường tại địa phương.
- Tác động của hoạt động sản xuất kinh doanh đến môi trường (đất, nước, không khí) tại địa phương.
 - + Tác động tích cực.
 - + Tác động tiêu cực.

Kết luận:

4. Chia sẻ kết quả khảo sát.





NHIỆM VỤ 5 Kiến nghị bảo vệ môi trường ở địa phương

1. Kiến nghị bảo vệ môi trường từ số liệu khảo sát.

Gợi ý

Thông tin, số liệu khảo sát	Nội dung kiến nghị	Đối tượng kiến nghị
Lượng khí độc thải ra môi trường mỗi ngày vượt quá quy định cho phép.	Xử lý khí thải trước khi xả ra môi trường	Các cấp lãnh đạo nhà máy và chính quyền địa phương.
...

2. Chia sẻ các kiến nghị với các bạn trong lớp.



NHIỆM VỤ 6 Tuyên truyền các biện pháp bảo vệ tài nguyên ở địa phương

1. Thảo luận và xác định các biện pháp bảo vệ tài nguyên ở địa phương.

Gợi ý

- Tiết kiệm nguồn nước sạch.
- Phân loại rác tại nguồn và bỏ rác đúng nơi quy định.
- ...

2. Thực hiện tuyên truyền các biện pháp bảo vệ tài nguyên ở địa phương.

Gợi ý

- Xác định đối tượng, thời gian, địa điểm tuyên truyền.
- Lựa chọn phương thức tuyên truyền phù hợp: Phát tờ rơi, pa nô, áp phích,...; phát thanh qua hệ thống loa của địa phương; diễu hành và tổ chức sự kiện;...
- ...

3. Chia sẻ về kết quả tuyên truyền các biện pháp bảo vệ tài nguyên ở địa phương.

Gợi ý

- Quy mô tuyên truyền.
- Mức độ hiệu quả của việc tuyên truyền.
- Cảm xúc sau buổi tuyên truyền,...
- Bài học kinh nghiệm.
- ...



Tự đánh giá

Đánh giá mức độ đạt được trong việc thực hiện các mục tiêu của chủ đề.

Tốt

Đạt

Chưa đạt

NỘI DUNG ĐÁNH GIÁ

1. Nhận ra được ý nghĩa của cảnh quan thiên nhiên với trạng thái cảm xúc của bản thân.
2. Đánh giá được thực trạng bảo tồn danh lam thắng cảnh của cộng đồng dân cư tại địa phương.
3. Chủ động, tích cực thực hiện việc bảo tồn cảnh quan thiên nhiên, quảng bá hình ảnh cảnh quan thiên nhiên và kêu gọi mọi người cùng thực hiện.
4. Khảo sát, đánh giá được thực trạng môi trường tự nhiên, tác động của sự phát triển sản xuất kinh doanh đến môi trường.
5. Đề xuất được các kiến nghị về bảo vệ môi trường từ số liệu khảo sát.
6. Tuyên truyền được đến người dân địa phương các biện pháp bảo vệ tài nguyên.

Xác định và tiếp tục thực hiện những kỹ năng về các biện pháp bảo vệ môi trường tự nhiên tại địa phương.

GIẢI THÍCH THUẬT NGỮ

STT	Giải thích thuật ngữ	Trang
1	Thích ứng: Khả năng đáp ứng, điều chỉnh bản thân của cá nhân đối với hoàn cảnh, môi trường.	13, 14, 18, 19, 21, 67
2	Nỗ lực hoàn thiện bản thân: Là sự cố gắng hết sức mình, vượt qua khó khăn để phát huy điểm mạnh và hạn chế điểm yếu của bản thân.	5, 6, 10, 12
3	Hoá giải mâu thuẫn, xung đột: Khả năng giải quyết vấn đề làm cho mâu thuẫn, xung đột được giảm bớt hoặc mất đi.	31, 36
4	Thu nhập trong gia đình: Các khoản tiền có được từ các nguồn khác nhau của các thành viên trong gia đình.	39, 40
5	Văn hoá mạng xã hội: Sự tuân thủ những chuẩn giao tiếp - ứng xử trong môi trường mạng.	46, 47, 50, 51, 54
6	Bảo vệ tài nguyên: Khai thác, sử dụng hợp lý, tiết kiệm nguồn tài nguyên thiên nhiên như nước, đất, gỗ, mỏ đá, kim loại...	76, 76, 81, 82
7	Xu hướng phát triển nghề: Là chiều hướng mở rộng, phát triển được số đông đối tượng trong xã hội lựa chọn, theo đuổi ở một nghề hoặc nhóm nghề nào đó trong thời điểm hiện tại và tương lai gần.	55, 56, 61, 63

Đoàn văn Doanh - THPT Nam Trực - Nam Định

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.

Group: TÀI LIỆU VẬT LÝ CT GDPT 2018

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: LÊ VĂN THÀNH

Biên tập mĩ thuật: PHẠM KIÊN CƯỜNG – NGUYỄN VĂN ĐÔNG

Thiết kế sách: NGUYỄN VĂN ĐÔNG

Trình bày bìa: NGUYỄN VĂN ĐÔNG – NGUYỄN THẾ PHƯƠNG

Minh họa: NGUYỄN THẾ PHƯƠNG

Sửa bản in: LÊ VĂN THÀNH – NHỮ THÀNH TRUNG

Chế bản: CÔNG TY CỔ PHẦN PHÁT HÀNH SÁCH GIÁO DỤC

Bản quyền © (202...) thuộc Nhà xuất bản Giáo dục Việt Nam
và Công ty Cổ phần Phát hành Sách Giáo dục.

Xuất bản phẩm đã đăng ký quyền tác giả. 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 và Công ty Cổ phần Phát hành Sách Giáo dục.

HOẠT ĐỘNG TRẢI NGHIỆM, HƯỚNG NGHIỆP 11

Mã số:

In bản, (QĐ: TK) khổ 19 x 26.5 cm.

Đơn vị in: địa chỉ

Cơ sở in: địa chỉ

Số ĐKXB:

Số QĐXB: .../QĐ – GD – HN ngày tháng năm 20....

In xong và nộp lưu chiểu tháng ... năm 20...

Mã số ISBN:



HUÂN CHƯƠNG HỒ CHÍ MINH

BỘ SÁCH GIÁO KHOA LỚP 11 – CHÂN TRỜI SÁNG TẠO

1. Toán 11, Tập một
2. Toán 11, Tập hai
3. Chuyên đề học tập Toán 11
4. Ngữ văn 11, Tập một
5. Ngữ văn 11, Tập hai
6. Chuyên đề học tập Ngữ văn 11
7. Tiếng Anh 11
Friends Global - Student Book
8. Lịch sử 11
9. Chuyên đề học tập Lịch sử 11
10. Địa lí 11
11. Chuyên đề học tập Địa lí 11
12. Giáo dục kinh tế và pháp luật 11
13. Chuyên đề học tập Giáo dục kinh tế
và pháp luật 11
14. Vật lí 11
15. Chuyên đề học tập Vật lí 11
16. Hoá học 11
17. Chuyên đề học tập Hoá học 11
18. Sinh học 11
19. Chuyên đề học tập Sinh học 11
20. Tin học 11 – Định hướng Tin học ứng dụng
21. Chuyên đề học tập Tin học 11 – Định hướng Tin học ứng dụng
22. Tin học 11 – Định hướng Khoa học máy tính
23. Chuyên đề học tập Tin học 11 – Định hướng Khoa học máy tính
24. Âm nhạc 11
25. Chuyên đề học tập Âm nhạc 11
26. Hoạt động trải nghiệm, hướng nghiệp 11 (Bản 1)
27. Hoạt động trải nghiệm, hướng nghiệp 11 (Bản 2)
28. Giáo dục quốc phòng và an ninh 11

Chân trời sáng tạo

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
CTCP Sách và Thiết bị Giáo dục Cửu Long

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

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

