**HƯỚNG DẪN THỰC HIỆN TIỂU LUẬN CUỐI KỲ**

**Học phần NGÔN NGỮ HỌC THUẬT**

**Đợt 2, Học kỳ 2, năm học 2022 - 2023**

1. **HỆ THỐNG ĐỀ TÀI**

1. Ảnh hưởng của công nghệ đến quá trình học tập của sinh viên ở trường đại học

2. Tình bạn thời sinh viên

3. Sinh viên với các hoạt động ngoại khóa

4. Sinh viên với các hoạt động phục vụ cộng đồng

5. Sinh viên với hoạt động làm thêm

6. Áp lực học tập đối với sinh viên

7. Tác động của mạng xã hội đến sinh viên

8. Vai trò của kỹ năng mềm đối với sinh viên

9. Tình yêu sinh viên

10. Sinh viên sống thử

1. **CÁC GIAI ĐOẠN THỰC HIỆN**

Yêu cầu, thời hạn và cách thức nộp kết quả:

* **GIAI ĐOẠN 1**

**1. Yêu cầu**:

***1.1. Chọn đề tài:***

+ Cách 01: Chọn 01 trong 10 đề tài đã cho trên;

+ Cách 02: chọn 01 đề tài bất kỳ (ngoài 10 đề tài đã cho trên)

***1.2. Nêu lý do chọn đề tài đó*** (trả lời câu hỏi: “vì sao muốn viết luận về đề tài đó?”)

***1.3. Tìm tài liệu tham khảo để tìm hiểu về đề tài***

***1.4. Thực hiện đọc hiểu các tài liệu***

1.4.1. Đọc khảo sát tất cả các văn bản tìm được để chọn ra ít nhất 10 văn bản được sử dụng làm tài liệu nguồn cho bài viết,

1.4.2. Đọc hiểu sâu ít nhất 03 văn bản được chọn để làm nguồn cho bài luận.

*Lưu ý*:

+ Số lượng tài liệu tham khảo không giới hạn tối đa, tối thiểu 10 tài liệu,

+ Thể loại: đa dạng thể loại: sách, bài báo đăng tạp chí khoa học, bài viết trên báo/tạp chí phổ thông, nguồn tài liệu trên Web và một số nguồn tài liệu học thuật chuyên sâu: luận văn/luận án, kỷ yếu hội thảo, hội nghị, văn bản pháp luật, bài tham luận trình bày tại hội nghị, hội thảo chưa xuất bản, thông cáo báo chí,…)

**2. Nội dung bài nộp, thời hạn và cách thức nộp kết quả**

***2.1. Nội dung bài nộp ở giai đoạn 1***

2.1.1. Tên đề tài

2.1.2. Lý do chọn đề tài

2.1.3. Danh mục các tài liệu tham khảo *(lưu ý: trình bày theo đúng yêu cầu về trình bày tài liệu tham khảo ở phần phụ lục của hướng dẫn này)*

2.1.4. Kết quả việc đọc hiểu ít nhất 03 văn bản được chọn để đọc hiểu trong các văn bản tham khảo được lựa chọn, gồm:

(1) Hệ thống đề tài văn bản

(2) Hệ thống chủ đề văn bản

(3) Hệ thống các luận cứ được sử dụng trong văn bản

Ví dụ với văn bản “Một số hiểu biết về stress”

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Hệ thống đề tài | Hệ thống chủ đề | Hệ thống luận cứ | |
| 1. Nguyên nhân và cách hiểu thông thường về stress |  |  | |
| 1.1. Nguyên nhân gây ra stress | 1) Nhịp sống ngày nay làm mọi người chúng ta bị stress | Tiếng ồn, nạn kẹt xe, sự chạy đua với thời gian, những sự gò ép,… | |
| 1.2. Cách hiểu thông thường về stress | 2) Theo cách hiểu thông thường, stress là “bị căng thẳng, làm việc quá sức, bị đặt dưới áp lực.” | Trong trí óc chúng ta, stress là bị căng thẳng, làm việc quá sức, bị đặt dưới áp lực. | |
| 2. Khái niệm stress, hai loại stress và ba giai đoạn cơ thể con người phản ứng với stress |  |  | |
| 2.1. Khái niệm stress | 3) Stress là “phản ứng của cơ thể trước một tình huống khác thường, là phản ứng đương đầu đối phó.” | Theo các chuyên gia, stress là phản ứng của cơ thể trước một tình huống khác thường, là phản ứng đương đầu đối phó. | |
| 2.2. Hai loại stress |  |  |  |
| 2.2.1. Stress tốt và lợi ích | 4) Có những loại stress tốt, có lợi cho con người. | Các loại stress tốt:  Loại 1. Một tin vui, một sự sung sướng đưa đến đột ngột làm phát sinh loại stress tốt,.  Loại 2. Các thử thách  Loại 3. Một em bé băng ngang đường trong khi bạn lái xe,  Loại 4. sự cần thiết phải hoàn tất một công việc vào ngày mai, trước kỳ thi, trước cuộc phỏng vấn tuyển dụng... | Lợi ích:  Lợi ích của loại 1: giúp con người tỉnh táo chuẩn bị mọi việc trong cuộc sống;  Lợi ích của loại 2. giúp con người giữ được bình tĩnh, gạn dạ, phản ứng sáng suốt mặc dù trong lúc ấy lòng chúng ta thực sự có một cơn giông bão. Các hormone, nhất là adrenaline được phóng ra, kích thích cơ thể ngay lập tức. Máu chạy nhanh trong cơ bắp và trong não, tăng thêm sức mạnh cơ thể, động viên tối đa sức chú ý.  Lợi ích của loại 3. nhờ adrenaline bạn có thể hãm xe lại với phản ứng “siêu nhanh”. Hormone phóng ra nhanh như vậy rất có lợi cho hoạt động trí não. tạo nên loại stress hưng phấn.  Lợi ích của loại 4. Máu chảy nhiều hơn trong não, hoạt động của não được thúc đẩy đạt đến đỉnh cao. |
| 2.2.2. Stress xấu và tác hại | 5) Có những loại stress xấu, bất lợi cho con người. | Loại 1. Những loại kích thích lên quá cao. (Hiện tượng này có thể so sánh với việc tiêu hóa. Để có thể tiêu hóa được thực phẩm, dạ dày tiết ra axit, nhưng nếu quá nhiều axit, dạ dày sẽ bị loét.)  Theo bác sĩ Patrick Légeron, chuyên gia tâm thần, thuộc bệnh viện Sainte Anna, Paris, khi nói đến stress quá độ, chúng ta nghĩ đến những biến cố quan trọng trong đời như: cái chết của một người thân, bị cho nghỉ việc, đau ốm nặng, hoặc những phiền muộn dai dẳng lo nghĩ về tiền bạc, những cuộc xung đột vợ chồng, gánh nặng công việc chồng chất;  Loại 2. Loại stress ngấm ngầm - những dấu ấn nho nhỏ hàng ngày như: nhận được một cú điện thoại làm bực mình, cãi nhau với con cái, người khác sai hẹn với mình… | Tác hại 1: gặm mòn nội lực  Tác hại 2: làm hỏng sức đề kháng của con người |
| 2.3. Ba giai đoạn cơ thể con người phản ứng với stress | 6) Dù xảy ra từ nguyên nhân nào thì con người luôn phản ứng với stress qua 3 giai đoạn: báo động - kháng cự - kiệt sức. | Đầu tiên nó bắt đầu với trạng thái sốc, kéo dài trong khoảng vài phút đến 24 giờ. Trong khoảng thời gian này, tủy thượng thận sẽ tiết ra một lượng noradrenalin và adrenalin nhất định để làm tăng huyết áp, tăng nhịp tim và tăng nhịp thở, đồng thời thúc đẩy quá trình tuần hoàn máu. Lúc đó, đồng tử bắt đầu giãn nở chúng ta sẽ nhìn rõ hơn, trí nhớ trở nên sắc bén và các phản xạ vô cùng linh hoạt.  Tiếp theo, cơ thể chúng ra sẽ đưa ra nhiều phản ứng chống căng thẳng với mục đích tái thiết lập trạng thái cân bằng. Để làm được điều này, tuyến thượng thận tiết ra các hormon có khả năng kháng viêm, phòng ngừa hiện tượng dị ứng, cung cấp năng lượng, ổn định hàm lượng natri trong máu và ức chế các tác nhân gây căng thẳng.  Nếu tình trạng căng thẳng mệt mỏi vẫn tiếp diễn, nồng độ các hormon stress sẽ tiếp tục tăng cao, sức đề kháng dần dần suy yếu và cơ thể từ từ rơi vào trạng thái kiệt quệ. | |
| ĐTVB: Một số hiểu biết về stress | CĐVB: Chúng ta phải sống lành mạnh, vị tha, giàu lòng nhân ái, say mê với công việc để thường xuyên có được stress tích cực, hạn chế tối đa stress tiêu cực. |  | |

***2.2. Thời hạn***: 22g30 thứ ba, ngày 16/5/2023.

***2.3. Cách thức nộp kết quả***:

nộp bản word và nộp trên Elearning. Đặt tên file: GĐ1 - Họ và tên - lớp - MSSV.

**PHỤ LỤC**

**QUY ĐỊNH VỀ TRÌNH BÀY TÀI LIỆU THAM KHẢO**

Tài liệu tham khảo chỉ giới hạn những tài liệu được sử dụng trong bài tiểu luận**.** Tài liệu tham khảo được trình bày theo thứ tự A, B, C theo tên của tác giả đối với tiếng Việt, theo họ của tác giả đối với tiếng nước ngoài… Phần tài liệu tham khảo bằng tiếng Việt được xếp trước, bằng tiếng nước ngoài được xếp sau. Cách trình bày tài liệu tham khảo như sau:

*a. Tài liệu tham khảo là sách*:

Họ, tên tác giả (Năm xuất bản), *Tên sách (in nghiêng)*, Tập hoặc tên mỗi tập (nếu có), Nhà xuất bản, Nơi xuất bản.

Tác giả người Việt Nam: ghi đầy đủ họ tên; tác giả người nước ngoài: ghi họ và tên viết tắt. Nếu tác giả là tổ chức: ghi tên tổ chức.

Ví dụ: Trần Đức Ba (2004), *Công nghệ thủy sản*, NXB Đại học Quốc gia, Thành phố Hồ Chí Minh.

*b. Tài liệu tham khảo là tạp chí khoa học*:

Họ, tên các tác giả (Năm phát hành), “Nhan đề của bài báo”, *Tên tạp chí (in nghiêng)*, tập số mấy, số trang đầu - cuối.

Ví dụ: Nguyễn Quốc Đạt (2000), "Nghiên cứu chế tạo oligochitosan bằng kỹ thuật bức xạ", *Tạp chí Hoá học*, Số 2(38), tr. 22-24.

*c. Tài liệu tham khảo là Luật, nghị định, thông tư, quy định:*

Tên cơ quan nhà nước hoặc chính phủ (Năm ký ban hành), Tên văn bản.

Ví dụ: Quốc hội nước cộng hòa xã hội chủ nghĩa Việt Nam (2003), Luật Thủy sản - Luật số 17/2003/QH11.

*d. Tài liệu tham khảo là Luận văn tốt nghiệp, Luận án:*

Họ tên tác giả (Năm công bố), *Nhan đề luận văn/ luận án (in nghiêng)*, Tên bằng cấp, Tên tổ chức cấp bằng.

Ví dụ: Ngô Thị Hoài Dương (2014), *Tối ưu hóa quá trình sản xuất chitin chitosan từ phế liệu tôm thẻ chân trắng nhằm nâng cao hiệu quả và chất lượng sản phẩm*, Luận án tiến sĩ, Trường Đại học Nha Trang.

*e. Tài liệu tham khảo là Báo cáo đề tài NCKH:*

Họ, tên tác giả (Năm công bố), *Tên đề tài (in nghiêng)*, loại báo cáo, mã số đề tài, nơi thực hiện.

Ví dụ: Nguyễn Ngọc Duy (2011), *Nghiên cứu hiệu ứng kháng bệnh của chitosan cắt mạch bằng phương pháp chiếu xạ đối với cá rô phi*, Báo cáo tổng kết đề tài nghiên cứu Khoa học và Công nghệ cấp cơ sở, Mã số: CS/11/07-02, TP. Hồ Chí Minh.

*f. Tài liệu tham khảo lấy từ Internet***:**

*Địa chỉ truy cập của trang web*, (tên của trang web, thời gian đăng tải, tên của bài viết), thời gian truy cập. *Lưu ý:* loại tài liệu tham khảo này được xếp ở phía cuối của danh mục TLTK.

[*https://tuoitre.vn/truong-dai-hoc-rao-riet-chong-dao-van-20171013085442991.htm*](https://tuoitre.vn/truong-dai-hoc-rao-riet-chong-dao-van-20171013085442991.htm)(TuoitreOnline, 2017, Trường đại học ráo riếtchống đạo văn), truy cập ngày3/5/2019./.