*Ngày dạy: 20/10/2023*

**Hoạt động trải nghiệm**

**SINH HOẠT LỚP: ĐIỀU CHỈNH CẢM XÚC**

**I. YÊU CẦU CẦN ĐẠT**

**1. Kiến thức**

*Sau tuần học này, HS sẽ:*

* Nhận diện được khả năng điều chỉnh cảm xúc và suy nghĩ của bản thân trong một số tình huống đơn giản.

**2. Năng lực**

***Năng lực chung:***

* *Năng lực giao tiếp, hợp tác:* khả năng thực hiện nhiệm vụ một cách độc lập hay theo nhóm; trao đổi tích cực với giáo viên và các bạn khác trong lớp.
* *Năng lực tự chủ và tự học:* biết lắng nghe và chia sẻ ý kiến cá nhân với bạn, nhóm và GV. Tích cực tham gia các hoạt động trong lớp.
* *Năng lực giải quyết vấn đề và sáng tạo*: biết phối hợp với bạn bè khi làm việc nhóm, tư duy logic, sáng tạo khi giải quyết vấn đề.

***Năng lực riêng:***

* Cùng chơi *Thể hiện cảm xúc.*
* Chia sẻ cảm xúc của em.

**3. Phẩm chất**

* *Tự tin, trách nhiệm:* tự tin thể hiện và điều chỉnh cảm xúc của bản thân,có ý thức tự giác; tinh thần trách nhiệm trong hoạt động nhóm.

**II. PHƯƠNG PHÁP VÀ THIẾT BỊ DẠY HỌC**

**1. Phương pháp dạy học**

* Hoạt động nhóm, thực hành, trực quan.
* Nêu vấn đề và giải quyết vấn đề.

**2. Thiết bị dạy học**

* Giấy, bút, bút màu,...
* Thẻ để thể hiện cảm xúc của bản thân trên lớp.

**III. CÁC HOẠT ĐỘNG DẠY HỌC**

|  |  |
| --- | --- |
| **HOẠT ĐỘNG CỦA GV** | **HOẠT ĐỘNG CỦA HS** |
| **Hoạt động 1: Hoạt động tổng kết tuần**  **a. Mục tiêu:** Sau khi tham gia hoạt động,HS có khả năng:  - Tổng kết được những việc đã làm được trong tuần vừa qua.  **b. Cách tiến hành**  - GV ổn định trật tự lớp học, tổng kết những hoạt động của tuần 1 và nêu những kế hoạch học tập và hoạt động trong tuần 2.  - GV nhận xét về ý thức học tập của một số bạn trong lớp và tiến hành tuyên dương bạn có ý thức tốt, nhắc nhở bạn có ý thức chưa tốt.  **Hoạt động 2: Điều chỉnh cảm xúc**  **a. Mục tiêu:** Sau khi tham gia hoạt động, HS có khả năng:  - Chia sẻ được sự thay đổi cảm xúc, suy nghĩ của bản thân trước những tình huống gặp phải và kinh nghiệm điều chỉnh cảm xúc, suy nghĩ của mình.  - Học hỏi được kinh nghiệm điều chỉnh cảm xúc, suy nghĩ của các bạn.  **b. Cách tiến hành:**  - GV hướng dẫn HS chia sẻ về sự thay đổi cảm xúc, suy nghĩ trước những tình huống gặp phải và kinh nghiệm điều chỉnh cảm xúc, suy nghĩ của bản thân theo gợi ý:  + Những tình huống đã gặp.  + Cách điều chỉnh suy nghĩ, cảm xúc của bản thân.  + Kết quả điều chỉnh cảm xúc.  + Những kinh nghiệm điều chỉnh cảm xúc.  - GV tổ chức cho HS chia sẻ trước lớp theo các nội dung trên.    - GV mời 1 số HS nêu cảm nghĩ khi nghe những chia sẻ của các bạn và những điều mình học hỏi được.  - GV kết luận: ***Chúng ta đã thực hiện xong hoạt động điều chỉnh cảm xúc. Thông qua hoạt động, các em đã học được cách điều chỉnh cảm xúc, suy nghĩ của bản thân trong một số trường hợp hàng ngày.***  **Hoạt động 3: Hoạt động tiếp nối**  - GV khuyến khích HS điều chỉnh cảm xúc của bản thân trong cuộc sống hàng ngày. | - HS chú ý lắng nghe  - HS lắng nghe và vỗ tay tuyên dương những bạn có ý thức tốt, động viên những bạn còn kém.  - HS hoạt động theo hướng dẫn của GV.  - HS chia sẻ trước lớp.  - HS nêu cảm nghĩ khi nghe những chia sẻ của các bạn và những điều mình học hỏi được.  - HS lắng nghe, tiếp thu.  - HS lắng nghe, thực hiện. |

***\* Điều chỉnh sau bài dạy:***

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