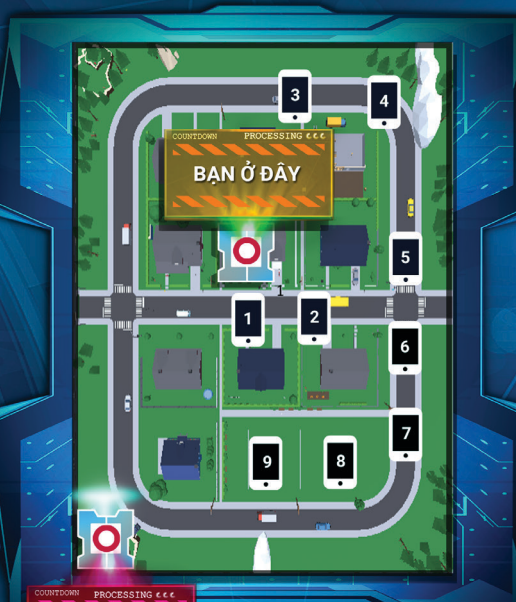


THỬ THÁCH 3

THỬ THÁCH CỦA BẠN LÀ:

1. Vượt qua Vùng Ngoại Ô
2. Tìm kiếm những chiếc điện thoại
3. Hoàn thành Nhật Ký Nhiệm Vụ
4. Báo cáo lại cho Soportar



OUTDOOR PROCESSING <<<<
LỐI THOÁT

TIẾP TỤC

BÀI 3: NHẬN THỨC VỀ BẢN THÂN VÀ CÁC MỐI QUAN HỆ

TỔNG QUAN VỀ BÀI HỌC

TRỌNG TÂM

- **Giáo viên định hướng** việc học tập của học sinh.
- **Sự tự nhận thức** là một phẩm chất quan trọng của “Nhà sáng tạo giá trị mới”, tạo ảnh hưởng đến sự thành công trong cuộc sống. Các học sinh học về các dấu hiệu của sự căng thẳng và những kĩ thuật có thể dùng để suy nghĩ đúng đắn khi chịu áp lực (T-CUP).
- **Các học sinh luyện tập việc đưa và nhận phản hồi**, hỗ trợ tạo thói quen phản hồi; đảm bảo mỗi học sinh đều là một người học sinh luôn luôn tràn đầy cảm hứng và hỗ trợ mỗi đứa trẻ đạt được một thành tựu ở tầm cao mới.



MỤC ĐÍCH

- **Phát triển bộ công cụ kĩ năng thế kỉ 21:** Giới thiệu những khái niệm cốt lõi cho việc tự điều tiết cảm xúc và luyện tập những khái niệm này. Tự điều tiết cảm xúc là một kĩ năng quan trọng cho việc làm việc nhóm và giải quyết những ý kiến trái chiều trong một nhóm. Sự tự điều tiết cảm xúc là một điều kiện tiên quyết cho những bài học sau ở Phần 1 của Magical Leaders và sẽ được phát triển sâu hơn ở Phần 2.
- **Thực hành mô hình giáo dục đồng trang lứa:** Một nhóm giáo viên đồng trang lứa sẽ luyện tập làm việc nhóm, giao tiếp trôi chảy và các kĩ năng thuyết trình; xã hội và lãnh đạo bằng việc thuyết trình bài học cho các bạn trong lớp.

CĂN CHỈNH THEO MỤC TIÊU PHÁT TRIỂN BỀN VỮNG



BÀI 3: NHẬN THỨC VỀ BẢN THÂN VÀ CÁC MỐI QUAN HỆ

Việc học tập trong bài này được hỗ trợ bằng việc học tập từ Aimée Louise Carton. Aimée là người phát minh và phát triển KeepAppy một ứng dụng nhằm giúp mọi người kiểm soát sức khoẻ và sự khoẻ mạnh của tinh thần của họ. KeepAppy được liên kết với mục tiêu số 3 về phát triển bền vững của Liên hợp quốc 'Sức khoẻ tốt và toàn diện'.

LIÊN KẾT CHƯƠNG TRÌNH GIẢNG DẠY

Chương trình SPHE: Tôi và những người khác.

Học phần: Liên quan đến những người khác.

Học phần phụ: Giải quyết xung đột.

- Thảo luận xem xung đột có thể xuất hiện với những người khác nhau và ở những tình huống khác nhau như thế nào.
- Xác định và thảo luận những cách phản ứng khác nhau với những tình huống xung đột, sự thoải hiệp, đàm phán, hung hăng, nói lên sự thật, sự né tránh, bỏ đi.
- Khám phá và luyện tập cách để giải quyết xung đột mà không trở nên giận dữ.

Chương trình SESE/Khoa Học: Những sinh vật sống.

Học phần phụ: Đời sống loài người.

Phát triển hiểu biết cơ bản về cấu trúc của một số nội tạng và ngoại tạng quan trọng của con người.

TỪ KHOÁ SỬ DỤNG

hạnh nhân, thân não, tự điều chỉnh cảm xúc, vỏ não trước trán, tự nhận thức, suy nghĩ đúng đắn khi chịu áp lực (T-CUP)

PHƯƠNG PHÁP LUẬN

Giao tiếp, làm việc nhóm, thảo luận, đưa và nhận phản hồi, đóng kịch.

KẾT QUẢ HỌC TẬP DỰ KIẾN

Vào cuối buổi học, học sinh sẽ có thể:

- **Giải thích** các lợi ích của việc tự nhận thức đối với những chủ doanh nghiệp mới, thành công trong cuộc sống và trường học.
- **Mô tả** các bộ phận của não liên quan đến việc tự điều tiết cảm xúc.
- **Giải thích** cách mà cơ thể chúng ta báo hiệu việc chúng ta đang bị căng thẳng.

BÀI 3: NHẬN THỨC VỀ BẢN THÂN VÀ CÁC MỐI QUAN HỆ

- **Nói được chi tiết** những hành động để giúp suy nghĩ đúng đắn khi chịu áp lực (T-CUP).
- **Diễn tả** được cách để hàn gắn một mối quan hệ.
- **Đưa và nhận phản hồi**, dựa trên những tiêu chí thành công:
 - Mọi người ở trong nhóm giáo viên đồng trang lứa đều phải tham gia.
 - Các giáo viên đồng trang lứa nên cố gắng nói rõ ràng.
 - Các giáo viên đồng trang lứa nên cố gắng nói thật nhiệt tình.
 - Các giáo viên đồng trang lứa nên cố gắng kích thích sự thảo luận trong lớp và khuyến khích các nhóm phản hồi ý kiến/bình luận của mình.

PHÂN BIỆT MỨC ĐỘ TIẾP THU KIẾN THỨC

Phương pháp dạy không thể nào phù hợp với nhu cầu của mọi học sinh. Giáo viên là người biết rõ nhất nhu cầu tiếp thu kiến thức của học sinh. Tuy nhiên, trong bài học bao gồm hướng dẫn và các ý tưởng làm thế nào để phân tách một số hoạt động dành cho những học sinh cần hỗ trợ thêm hoặc cần phát triển thêm tư duy.

DÁNH GIÁ VIỆC TIẾP THU KIẾN THỨC

Thay vì buộc nhà trường đánh giá mức độ tiếp thu và quá trình học tập của học sinh, một loạt các phương pháp tiếp cận khác đã được cung cấp để nhà trường chọn lựa. Giáo viên cũng phải xem xét kết quả học tập dựa trên kinh nghiệm do Magical Leaders cung cấp, rằng học sinh tự thực hiện bài học, trả lời câu hỏi và đưa ra ý kiến phản hồi, quản lý các mối quan hệ và thái độ học tập.

Tham khảo phụ lục trang 77



HỌC TRỰC TIẾP TẠI LỚP VÀ HỌC TỪ XA



Nếu học sinh không thể đến trường, giáo viên có thể tổ chức học Magical Leaders thực sự. Sẽ thật tuyệt khi những người trẻ được trở thành người dạy học cho các bạn khác và tự tổ chức các buổi học trực tuyến. Zeeko đề nghị rằng sẽ tốt hơn nếu giáo viên sửa lại một số nội dung cho phù hợp và tổ chức các buổi học qua Zoom, MS Teams, Google Meet hoặc bất kỳ nền tảng trực tuyến nào khác thường dùng. Một số hoạt động sẽ phải được sửa đổi và nếu giáo viên muốn thảo luận về việc này, nhóm của chúng tôi rất vui mừng được hỗ trợ.

BÀI 3: NHẬN THỨC VỀ BẢN THÂN VÀ CÁC MỐI QUAN HỆ

TỔNG QUAN BÀI HỌC DÀNH CHO GIÁO VIÊN



Đây là buổi học thứ hai được dự kiến là sẽ được hỗ trợ bởi một nhóm giáo viên đồng trang lứa, (mặc dù buổi học có thể được hỗ trợ bởi giáo viên). Các học sinh tập trung vào việc **tự điều tiết cảm xúc**, các dấu hiệu của sự căng thẳng và phải làm gì nếu mối quan hệ bị rạn nứt.

Danh sách dưới đây tóm tắt nội dung mà người thuyết trình sẽ phải hỗ trợ cho buổi học này:

ĐIỆN THOẠI 1 - Giới thiệu - 5 phút

- Buổi học bắt đầu bằng việc giới thiệu nhóm giáo viên đồng trang lứa.
- Các học sinh xem lại Hoạt động ở nhà từ bài 2 và xem ai đã xác nhận rằng “Thật tuyệt khi là chính tôi!”.
- Quá trình phản hồi cho bài học đã được vạch ra.

ĐIỆN THOẠI 2 - Thử thách mạo hiểm - 5 phút

- Khái niệm cốt lõi, sự tự nhận thức và các kho báu của buổi học được giới thiệu.
- Aimée Louise Carton từ **KeepAppy** tự giới thiệu bản thân và “Thử thách mạo hiểm” cho các học sinh để thực hiện trong buổi học. Có 2 câu sẽ được hỏi:
 - Tại sao sự tự nhận thức lại quan trọng cho những chủ doanh nghiệp mới, cho sự thành công trong cuộc sống và trường học?
 - Bạn phải làm gì để có thể suy nghĩ chuẩn xác khi đang chịu áp lực?

ĐIỆN THOẠI 3 - Căng thẳng! Chuyện gì xảy ra với não bộ của chúng ta? - 5 phút

- Các sự thật thú vị được nêu ra.
- Các học sinh hình dung thông qua một phép so sánh, miêu tả cách não bộ phản ứng với sự căng thẳng.

ĐIỆN THOẠI 4 - Nguy hiểm! Rắn trong phòng ngủ - 10 phút

- Các học sinh làm việc theo nhóm trong **Hoạt động nhóm số 1** để xác định các cách để đối đầu với sự căng thẳng.



BÀI 3: NHẬN THỨC VỀ BẢN THÂN VÀ CÁC MỐI QUAN HỆ

ĐIỆN THOẠI 5 - Chuyện gì xảy ra khi chúng ta “cáu”? - 5 phút

- Mô hình của bộ não miêu tả các bộ phận khác nhau của não bộ bị ảnh hưởng khi mà một người bị choáng ngợp.

ĐIỆN THOẠI 6 - Suy nghĩ chuẩn xác khi đang chịu áp lực (T-CUP) - 5 phút

- T-CUP, việc suy nghĩ đúng đắn khi đang chịu áp lực được giới thiệu. Các học sinh giải quyết **Hoạt động nhóm số 2** để xác định các kĩ thuật để suy nghĩ đúng đắn khi đang chịu áp lực.

ĐIỆN THOẠI 7 - T-CUP - Các kĩ thuật - 5 phút

- Các kĩ thuật để suy nghĩ đúng đắn khi đang chịu áp lực được nêu lên.

ĐIỆN THOẠI 8 - Tranh cãi và làm lành - 10 phút

- Một viễn cảnh khi mà 2 bất đồng quan điểm được trình bày.
- Các học sinh giải quyết **Hoạt động cá nhân số 1** để liệt kê những cách để giải quyết những tranh cãi.
- Một nhóm trình bày một cách giải quyết của họ bằng một vở kịch cho cả lớp.

ĐIỆN THOẠI 9 - Tóm tắt, Phản hồi, Hoạt động về nhà - 5 phút

- Các học sinh học tập và tìm cảm hứng từ sự thành công từ Aimée Louise Carton, người mà chúng ta đã biết đến thông qua video ngắn ở đầu buổi học.
- Các học sinh tóm tắt các ý chính từ buổi học.
- Các giáo viên đồng trang lứa yêu cầu cả lớp đưa phản hồi dựa trên các tiêu chí thành công. Các giáo viên đồng trang lứa cảm ơn vì đã phản hồi.
- Các học sinh đưa phản hồi dựa trên “Điều gì tốt đã diễn ra” và buổi học “Sẽ tốt hơn nếu”.
- Cả lớp xem trước Hoạt động về nhà, bao gồm cả việc nói chuyện với bố mẹ cách làm việc theo nhóm.