

BỘ GIÁO DỤC VÀ ĐÀO TẠO

VỤ GIÁO DỤC TRUNG HỌC

DỰ ÁN MÔ HÌNH TRƯỜNG HỌC MỚI VIỆT NAM

HƯỚNG DẪN HỌC GIÁO DỤC CÔNG DÂN

6

SÁCH THỬ NGHIỆM

(Tái bản lần thứ nhất
có chỉnh lí, bổ sung)



NHÀ XUẤT BẢN GIÁO DỤC VIỆT NAM

LỜI NÓI ĐẦU

Mô hình trường học mới cấp trung học cơ sở được Bộ Giáo dục và Đào tạo triển khai thực nghiệm đối với lớp 6 từ năm học 2014 – 2015 với mục tiêu là đổi mới đồng bộ các hoạt động sư phạm trong nhà trường ; bảo đảm cho học sinh được tự quản, tự tin trong học tập, chiếm lĩnh được kiến thức, kĩ năng qua tự học và hoạt động tập thể ; phù hợp với mục tiêu đổi mới và điều kiện về năng lực đội ngũ giáo viên, thiết bị giáo dục của hầu hết các trường học Việt Nam ; đồng thời có giải pháp thu hút các gia đình và cộng đồng tích cực tham gia cùng nhà trường thực hiện chức năng giáo dục.

Thay cho sách giáo khoa hiện hành, học sinh học theo mô hình trường học mới sử dụng sách *Hướng dẫn học* được thiết kế dựa trên chương trình giáo dục phổ thông hiện hành theo định hướng tích hợp. Bộ sách gồm 8 môn học : Toán, Ngữ văn, Khoa học tự nhiên (tích hợp Vật lí, Hoá học, Sinh học) ; Khoa học xã hội (tích hợp Lịch sử, Địa lí), Giáo dục công dân, Công nghệ, Tin học, Hoạt động giáo dục (tích hợp Thể dục, Âm nhạc, Mỹ thuật). Mỗi bài học trong sách *Hướng dẫn học* được biên soạn theo chủ đề tích hợp để có thể tổ chức hoạt động học tích cực, tự lực của học sinh theo các phương pháp và kĩ thuật dạy học tích cực với các hoạt động : “Khởi động”, “Hình thành kiến thức”, “Luyện tập”, “Vận dụng”, “Tìm tòi mở rộng”. Hoạt động học của học sinh trong mỗi bài học cần được thực hiện một cách linh hoạt ở trong lớp, ngoài lớp, ở nhà và cộng đồng. Các hoạt động học của học sinh được tổ chức trên lớp, cùng với các hoạt động học ở ngoài lớp học tạo thành chuỗi hoạt động học theo tiến trình sư phạm của phương pháp dạy học tích cực được sử dụng.

Hoạt động “Vận dụng” và “Tìm tòi mở rộng” là các hoạt động chủ yếu giao cho học sinh thực hiện ở ngoài lớp học, không tổ chức dạy học hoàn toàn trên lớp. Vì vậy nội dung các hoạt động này trong tài liệu *Hướng dẫn học* có thể là cung cấp thông tin bổ sung ; nêu những yêu cầu, định hướng và gợi ý về phương pháp thực hiện ; mô tả sản phẩm học tập phải hoàn thành để học sinh tự phát hiện, lựa chọn tình huống thực tiễn giúp vận dụng kiến thức, kĩ năng đã học được trong bài học và tìm tòi mở rộng theo sở thích, sở trường, hứng thú của mình. Các hoạt động này hết sức cần thiết và quan trọng, giúp cho việc phát triển năng lực và phẩm chất của học sinh, cần phải tổ chức thực hiện đầy đủ và hiệu quả nhưng không yêu cầu tất cả học sinh thực hiện như nhau, sản phẩm học tập của mỗi học sinh trong các hoạt động này cũng không giống nhau.

Trong quá trình biên soạn và triển khai thực nghiệm, các tác giả đã tiếp thu nhiều ý kiến phản hồi và đã hết sức cố gắng chỉnh sửa, hoàn thiện bộ sách. Tuy nhiên, bộ sách chắc chắn không tránh khỏi những điểm còn hạn chế, thiếu sót cần được tiếp tục chỉnh sửa, bổ sung. Các tác giả bộ sách trân trọng cảm ơn và mong nhận được những ý kiến đóng góp của đồng đạo giáo viên, học sinh, cha mẹ học sinh và những người quan tâm để bộ sách ngày càng được hoàn thiện, đáp ứng yêu cầu đổi mới căn bản và toàn diện giáo dục, đào tạo.

CÁC TÁC GIẢ

Bài 1

EM LÀ CÔNG DÂN VIỆT NAM

MỤC TIÊU

Sau bài học này, học sinh :

- Nêu được các điều kiện là công dân Việt Nam theo quy định của pháp luật.
- Trình bày được những yếu tố làm nên niềm tự hào của mỗi người công dân Việt Nam cũng như dân tộc Việt Nam.
- Thể hiện được một số hành vi và thái độ tích cực của người công dân nhỏ tuổi trong gia đình, nhà trường, xã hội ; đặc biệt trong việc học tập và phát huy truyền thống hiếu học tốt đẹp của dân tộc.
- Tự hào mình là công dân Việt Nam.



HOẠT ĐỘNG KHỞI ĐỘNG



Hát ca ngợi Tổ quốc và con người Việt Nam

- Hãy nêu tên một số bài hát ca ngợi đất nước và con người Việt Nam mà em biết.
- Cả lớp chọn ra một bài trong các bài đã nêu để cùng hát.
- Em hãy nói cảm nhận của mình về hình ảnh đất nước và con người Việt Nam trong bài hát đó.



HOẠT ĐỘNG HÌNH THÀNH KIẾN THỨC

I – ĐIỀU KIỆN LÀ CÔNG DÂN VIỆT NAM



1. Tìm hiểu điều kiện là công dân Việt Nam

Công dân Việt Nam là người có quốc tịch Việt Nam.

Em hãy đọc một số nội dung trong Luật Quốc tịch Việt Nam năm 2008 dưới đây để biết ai là công dân Việt Nam.

- Điều kiện về bố, mẹ :
- Điều kiện về nơi sinh :
- Điều kiện về nơi ở :
- Điều kiện về quốc tịch :
- Các điều kiện khác :

Điều 15. Quốc tịch của trẻ em khi sinh ra có cha mẹ là công dân Việt Nam

Trẻ em sinh ra trong hoặc ngoài lãnh thổ Việt Nam mà khi sinh ra có cha mẹ đều là công dân Việt Nam thì có quốc tịch Việt Nam.

Điều 16. Quốc tịch của trẻ em khi sinh ra có cha hoặc mẹ là công dân Việt Nam

1. Trẻ em sinh ra trong hoặc ngoài lãnh thổ Việt Nam mà khi sinh ra có cha hoặc mẹ là công dân Việt Nam còn người kia là người không quốc tịch hoặc có mẹ là công dân Việt Nam còn cha không rõ là ai thì có quốc tịch Việt Nam.

2. Trẻ em khi sinh ra có cha hoặc mẹ là công dân Việt Nam còn người kia là công dân nước ngoài thì có quốc tịch Việt Nam, nếu có sự thoả thuận bằng văn bản của cha mẹ vào thời điểm đăng ký khai sinh cho con. Trường hợp trẻ em được sinh ra trên lãnh thổ Việt Nam mà cha mẹ không thoả thuận được việc lựa chọn quốc tịch cho con thì trẻ em đó có quốc tịch Việt Nam.

Điều 17. Quốc tịch của trẻ em khi sinh ra có cha mẹ là người không quốc tịch

1. Trẻ em sinh ra trên lãnh thổ Việt Nam mà khi sinh ra có cha mẹ đều là người không quốc tịch, nhưng có nơi thường trú tại Việt Nam thì có quốc tịch Việt Nam.

2. Trẻ em sinh ra trên lãnh thổ Việt Nam mà khi sinh ra có mẹ là người không quốc tịch, nhưng có nơi thường trú tại Việt Nam, còn cha không rõ là ai thì có quốc tịch Việt Nam.

Điều 18. Quốc tịch của trẻ sơ sinh bị bỏ rơi, trẻ em được tìm thấy trên lãnh thổ Việt Nam

1. Trẻ sơ sinh bị bỏ rơi, trẻ em được tìm thấy trên lãnh thổ Việt Nam mà không rõ cha mẹ là ai thì có quốc tịch Việt Nam.

2. Trẻ em quy định tại khoản 1 Điều này chưa đủ 15 tuổi không còn quốc tịch Việt Nam trong các trường hợp sau đây :

- a) Tìm thấy cha mẹ mà cha mẹ chỉ có quốc tịch nước ngoài ;
- b) Chỉ tìm thấy cha hoặc mẹ mà người đó chỉ có quốc tịch nước ngoài.



2. Tìm hiểu ai là công dân Việt Nam trong đoạn hội thoại

Hãy đọc (hoặc sắm vai) đoạn hội thoại dưới đây và trả lời các câu hỏi :

- a) Lê-na có phải là công dân Việt Nam không ? Vì sao ?
- b) Hoa, Minh, Trung, Tuấn đều nói các bạn ấy là công dân Việt Nam, theo em, các bạn ấy nói có đúng không ? Vì sao ?

Hoa hồ hởi nói :

– Mình chắc chắn là công dân Việt Nam vì bố mẹ mình là người Việt Nam. Hơn nữa, họ lại đang sinh sống và làm việc tại Việt Nam.

Minh khẳng định :

– Mình cũng vậy, mặc dù bố mẹ mình đang làm việc ở nước ngoài.

Trung nói thêm :

– Mình sinh ra ở Úc nhưng bố mẹ mình đều mang quốc tịch Việt Nam nên mình vẫn là công dân Việt Nam.

Tuấn nói khẽ :

– Mình chỉ có bố mẹ nuôi người Việt Nam, mình sinh ra ở Việt Nam nên mình cũng là công dân Việt Nam.

Hoa hỏi :

– Lê-na thì sao nhỉ ?

Lê-na trả lời :

– Mình không biết, vì bố mình là người Việt Nam và mẹ mình là người Nga.

II – TỰ HÀO LÀ CÔNG DÂN VIỆT NAM

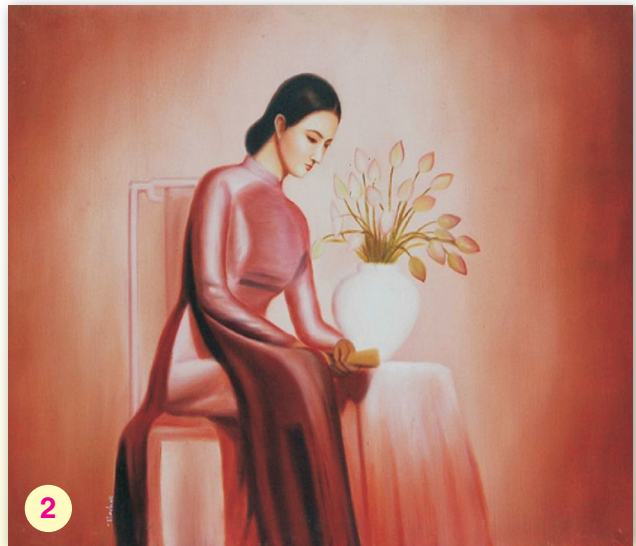


1. Tìm hiểu về quê hương, đất nước và con người Việt Nam

Quan sát các bức ảnh sau. Những bức ảnh này gợi cho em điều gì ? Vì sao mỗi người dân Việt Nam đều tự hào về hình ảnh đó ?



Hoa sen



Áo dài



Cây tre



Văn Miếu – Quốc Tử Giám



Gia đình



Người nông dân



2. Tìm vẻ đẹp của con người và quê hương Việt Nam trong bài hát *Việt Nam quê hương tôi* của nhạc sĩ Đỗ Nhuận

Hãy lắng nghe giai điệu và lời ca (hoặc đọc lời bài hát), và chỉ ra những hình ảnh làm cho em thấy thêm yêu và tự hào về quê hương, đất nước Việt Nam.

Bạn ơi hãy đến quê hương chúng tôi
 Ngắm mặt biển xanh xa tít chân trời
 Nghe sóng vỗ dạt dào biển cả
 Vút phi lao gió thổi trên bờ
 Buồm vươn cánh vượt sóng ra ngoài khơi
 Trong nắng hồng bừng lên sáng ngời



Miền Nam đất nước quê hương chúng tôi
Có rừng dừa xanh xa tím chân trời
Người thiếu nữ dạt dào tình trẻ
Dáng xinh tươi đang tuổi yêu đời
Lòng trai tráng rộng lớn như biển khơi
Với cánh tay dựng nên đất trời

Mùa xuân đã đến quê hương chúng tôi
Mía ngọt chè xanh bông trắng lưng đồi
Đồng xanh lúa rạp rờn biển cả
Tiếng ai ru con ngủ ru hời
Đồng xanh lúa thẳng cánh bay cò bay
Đưa nước về đồng quê sáng rồi

Việt Nam yêu dấu xanh xanh lũy tre
Suối đổ về sông qua những nương chè
Dòng sông cuốn dòn về biển cả
Lúa thanh niên vui thoả cuộc đời
Mùa xuân tới nguồn sống đang sục sôi
Đất nước tôi Việt Nam sáng ngời.



3. Tìm hiểu về những phẩm chất tốt đẹp của con người Việt Nam

- Em hãy liệt kê những phẩm chất tốt đẹp của con người Việt Nam.
- Em hãy chỉ ra những phẩm chất ở một người nào đó khiến em ngưỡng mộ và thấy cần noi theo.
- Em đã làm gì để phát huy những phẩm chất tốt đẹp đó ?



4. Tìm hiểu Năm điều Bác Hồ dạy

Năm điều Bác Hồ dạy thiếu niên, nhi đồng

1. Yêu Tổ quốc, yêu đồng bào
2. Học tập tốt, lao động tốt
3. Đoàn kết tốt, kỉ luật tốt
4. Giữ gìn vệ sinh thật tốt
5. Khiêm tốn, thật thà, dũng cảm



Câu hỏi :

- a) Hãy kể về những việc làm của em theo *Năm điều Bác Hồ dạy* trong thời gian gần đây.
- b) Thực hiện tốt *Năm điều Bác Hồ dạy* có ý nghĩa như thế nào đối với cá nhân em, gia đình em, và quê hương, Tổ quốc Việt Nam của chúng ta ?

III – HỌC TẬP TỐT – NHIỆM VỤ QUAN TRỌNG CỦA NGƯỜI CÔNG DÂN NHỎ TUỔI



1. Suy nghĩ và chia sẻ về mục đích học tập của bản thân

Theo em, học để làm gì ? Học vì điều gì ? Hãy chia sẻ với bạn suy nghĩ của mình.



2. Tìm hiểu các cách để đạt được mục đích học tập

a) Dưới đây là một số cách để đạt mục đích học tập. Em có đồng ý không và giải thích vì sao ?

- Có kế hoạch học tập, sinh hoạt hợp lí.
- Tự giác hoàn thành nhiệm vụ học tập được giao.
- Có phương pháp học hiệu quả.
- Luôn chia sẻ, học – hỏi thầy cô, bạn bè.

b) Hãy chia sẻ các cách học của bản thân với bạn/thầy cô. Cách học nào cần phát huy và cách học nào cần cải thiện ?





3. Học tập tấm gương người công dân trẻ tuổi tiêu biểu

Đọc câu chuyện về Nguyễn Dương Kim Hào và trả lời câu hỏi :

- Theo em, điều gì đã làm nên thành công của bạn Hào ?
- Nếu là Hào, em cảm thấy thế nào khi sản phẩm của mình được giải quốc tế ?
- Tại sao bạn Hào đã trở thành niềm tự hào của chúng ta về người công dân nhỏ tuổi Việt Nam ?
- Em học tập được những gì từ tấm gương bạn Hào ?

CÔNG DÂN TRẺ TIÊU BIỂU NGUYỄN DƯƠNG KIM HẢO

Cậu bé 12 tuổi là một trong 7 công dân trẻ tiêu biểu Thành phố Hồ Chí Minh và là một trong 10 gương mặt trẻ Việt Nam tiêu biểu năm 2013.

Học mẫu giáo, Hào đã nghịch ngợm máy tính của bố. Lớp 3, Hào có phát minh đầu tiên. 12 tuổi, cậu bé đã đến lớp học cùng với sinh viên.

Trong số 8 ứng viên công dân trẻ tiêu biểu TP. Hồ Chí Minh (sau đó bình chọn thành 6), cậu bé 12 tuổi Nguyễn Dương Kim Hào nhỏ tuổi nhất. Sau giờ học ở trường, Hào lại lên lớp học tiếp với các anh chị sinh viên và còn được phân công làm trưởng nhóm.

Tuổi nhỏ, Hào đã kịp “sưu tập” khá khá huy chương, giấy khen, từ cấp trường đến quốc gia và các nước châu Á.

“Những phát minh của em nảy sinh ý tưởng từ chính nhu cầu vượt qua khó khăn cuộc sống của bố mẹ, anh chị trong công việc”, cậu bé nói.

Ở quê, Hào phải đi hàng chục cây số lên thành phố để ngồi trong thư viện đọc sách Tin học, tìm mua các loại linh kiện điện tử. Lên TP. Hồ Chí Minh, cậu bé chỉ mất 10 phút ra chợ điện tử Nhật Tảo kiếm linh kiện, mài mò sáng chế.



Hào nhận được rất nhiều bằng khen, huy chương cho các sáng chế của mình.

Sáng tạo nhận được giải cao nhất của Hảo là bảng điều khiển thông minh giúp người sử dụng dễ dàng tắt các thiết bị điện khi đã ra ngoài nhà, xí nghiệp, công sở... Sản phẩm này đã được mang đến Triển lãm Quốc tế về công nghệ, sáng chế năm 2013 tại Ma-lai-xi-a. Bảng điều khiển độc đáo cũng đã giúp Hảo giành hai Huy chương Vàng của Ma-lai-xi-a và In-đô-nê-xi-a, đồng thời đạt giải thưởng đặc biệt của Viện Sáng tạo Hàn lâm Hàn Quốc.

Theo Hảo, sản phẩm này đến từ tính hay quên của mẹ. Mẹ em hay quên tắt đèn, quạt khi ra khỏi nhà. Thấy mẹ xót ruột với các hoá đơn tiền điện, Hảo nghĩ ngay đến một dụng cụ điều khiển bật, tắt thiết bị điện từ xa.

“Hảo có tính nhẩn nại, kiên trì. Khi làm cái gì là phải làm cho bằng được, từ ngày này qua ngày khác đến khi hoàn thành mới thôi. Nhiều lúc nhìn con mình quên ăn quên ngủ, có khi bị phỏng tay vì que hàn điện tử thì thương lắm, nhưng biết tính con nên cứ để cháu làm”, mẹ bé Hảo kể lại.

(Theo <http://news.zing.vn>, ngày 25 – 12 – 2013)



HOẠT ĐỘNG LUYỆN TẬP



1. Xác định ai là công dân Việt Nam

Em hãy đọc các trường hợp được mô tả trong cột bên trái và trả lời ở cột bên phải.

Trường hợp	Trả lời
a) Bé Na sinh ra với nước da đen, tóc xoăn và bị bỏ lại tại bệnh viện thuộc tỉnh Phú Yên, Việt Nam. Không ai biết bố mẹ của bé đến từ đâu nhưng bé được một gia đình Việt Nam chính thức nhận nuôi. Bé Na là công dân của nước nào ?	

Trường hợp	Trả lời
b) Cô Lan sinh ra và lớn lên ở TP. Hồ Chí Minh. Từ năm 1975 đến nay, cô Lan sống ở Mỹ và chưa có dịp trở về Việt Nam lần nào. Cô Lan có phải là công dân Việt Nam không ?	
c) Hoa năm nay 12 tuổi, sinh ra và lớn lên ở Việt Nam. Bố mẹ Hoa là người Trung Quốc theo gia đình đến Việt Nam làm ăn đã lâu nhưng chưa gia nhập quốc tịch Việt Nam. Hỏi Hoa có phải là công dân Việt Nam không ?	



2. Đánh giá mục đích học của bản thân

a) Hãy đọc các mục đích học tập sau đây và đánh dấu X vào những mục đích học tập đúng với em ở cột “Đồng ý” và không đúng với em ở cột “Không đồng ý”.

Mục đích học tập	Đồng ý	Không đồng ý
1. Học để cho bố mẹ, ông bà và mọi người vui.		
2. Học vì sợ bị điểm kém, để không bị mắng và bị phạt.		
3. Học vì không muốn thua bạn, bị bạn chê cười.		
4. Học để có nhiều kiến thức cho bản thân, để mọi người nể phục mình.		
5. Học để sau này trở thành người lao động có ích cho xã hội.		
6. Mục đích khác :		

b) Theo em mục đích học tập nào ở trên là quan trọng nhất ? Mục đích học tập nào là đúng đắn nhất ? Hãy giải thích vì sao.



3. Viết về mục đích học tập của em

Em hãy viết ra những mục đích học tập của mình nói chung và đối với từng môn học nói riêng, bằng cách trả lời các câu hỏi sau :

- Việc học tập đã mang lại cho em điều gì ?
 - Học môn Toán mang lại cho em điều gì ?
 - Học môn Ngữ văn mang lại cho em điều gì ?
 - Và các môn học khác (hãy nói rõ từng môn học) mang lại điều gì ?
- Sau đó hãy chia sẻ mục đích học tập này cho thầy, cô giáo và các bạn.



4. Suy ngẫm điều Bác Hồ dạy

Đọc kĩ lời căn dặn sau của Bác để trả lời câu hỏi phía dưới :

“Non sông Việt Nam có trở nên tươi đẹp hay không, dân tộc Việt Nam có bước tới đài vinh quang để sánh vai với các cường quốc năm châu được hay không, chính là nhờ một phần lớn ở công học tập của các em”.

Câu hỏi :

- Tại sao việc học tập của em lại làm cho Tổ quốc tươi đẹp ?
- Theo em, Tổ quốc Việt Nam có tự hào về những người công dân ưu tú của mình không ? Tại sao ?



5. Phỏng vấn về hình ảnh đất nước và con người Việt Nam

Một bạn đóng vai người phỏng vấn và hỏi từng bạn. Các bạn còn lại trong nhóm trả lời theo cách nghĩ của mình. Sau đó đổi vai.

a) Nếu bạn được mời tham dự Hội trại Thiếu niên Thế giới, bạn sẽ mang món quà tặng nào của Việt Nam để giới thiệu với bạn bè thế giới ? Tại sao ?

b) Bạn tự hào về điều gì nhất ở con người Việt Nam ?

c) Bạn đã làm gì để góp phần giữ gìn và phát triển hình ảnh người công dân Việt Nam ?



HOẠT ĐỘNG VẬN DỤNG



1. Quan sát và nhận xét về trách nhiệm công dân của những người sống xung quanh mình

Hãy quan sát những người sống xung quanh em, chỉ ra 5 – 7 việc làm tốt và 3 – 5 việc làm chưa tốt của những người công dân ấy.

a) Chia sẻ với bạn của mình cách có thể noi theo việc làm tốt và cách để mình không mắc phải những việc làm chưa tốt của họ.

b) Chia sẻ với cha mẹ về những quan sát của mình về trách nhiệm công dân của những người xung quanh. Hãy lắng nghe ý kiến bình luận của cha mẹ và đưa ra nhận xét của riêng mình.



2. Suy ngẫm về bản thân

a) Trong giờ chào cờ, khi Quốc ca được cử và Quốc kì được kéo lên, lúc đó em có cảm xúc thế nào ? Hãy viết lại cảm xúc đó.

b) Hãy viết ra 3 – 5 việc làm tích cực của bản thân và 3 – 5 thói quen cần hoàn thiện hơn.

TIẾN QUÂN CA

Nhịp đi Nhạc và lời: VĂN CAO

Đoàn quân Việt Nam đi chung lòng cứu quốc, Bước chân
Đoàn quân Việt Nam đi sao vàng phất phới, Dắt giống
dân vàng trên đường gặp ghềnh sóng, Cờ in máu chiến thắng mang hồn
núi, quẻ hương qua nơi lăm lăm, thẳm, Cùng chung sức phấn đấu với đời
nước, Súng ngoài xa, chiến khúc quân hành ca, Đường vinh quang xây từ quân
mối, Đứng đầu lên gông xích, ta đập tan, Từ bao lâu ta nuốt căm
thù, Thăng gian lao, cùng nhau lập chiến khu, Vì nhân dân chiến đấu không
thù, Quyết hy sinh đời ta tươi thắm hơn, Vì nhân dân chiến đấu không
ngừng, Tiến mau ra sa trường, Tiến lên! Cùng tiến
ngừng, Tiến mau ra sa trường, Tiến lên! Cùng tiến
lên! Nước non Việt Nam ta vững bền, Đoàn quân Việt...
lên! Nước non Việt Nam ta vững ...bền.



3. Xây dựng kế hoạch phát triển trách nhiệm công dân

Với tư cách là người công dân Việt Nam, nhóm hãy suy nghĩ về những việc mình có thể làm để nâng cao tinh thần trách nhiệm của người công dân đối với cộng đồng và xã hội, góp phần tạo nên một xã hội văn minh, hiện đại. Xây dựng kế hoạch triển khai ý tưởng đó trong thực tiễn.



4. Sinh hoạt theo chủ đề : Đất nước và con người Việt Nam

Lớp chia theo 4 nhóm, mỗi nhóm chuẩn bị một nội dung với các hình thức khác nhau :

- a) Báo ảnh : Tự hào về một Việt Nam đổi mới
- b) Báo ảnh : Tự hào về vẻ đẹp truyền thống con người Việt Nam
- c) Báo viết : Những bài viết, bài hát về đất nước và con người Việt Nam
- d) Báo viết : Ca dao, tục ngữ về vẻ đẹp con người Việt Nam trong lao động và cuộc sống.

Các nhóm trình bày sản phẩm của nhóm mình, cả lớp nhận xét.



HOẠT ĐỘNG TÌM TÒI MỞ RỘNG



Tìm hiểu về một số quyền và nghĩa vụ của công dân Việt Nam được thể hiện trong Hiến pháp năm 2013

Em hãy đọc một số quyền và nghĩa vụ của công dân Việt Nam được thể hiện trong Hiến pháp năm 2013.

Bài 2

TỰ CHĂM SÓC SỨC KHOẺ

MỤC TIÊU

Sau bài học này, học sinh :

- Lí giải được vì sao phải tự chăm sóc sức khỏe.
- Biết và thực hiện được việc tự chăm sóc, rèn luyện sức khỏe.
- Nhận xét, đánh giá được những hành vi tự chăm sóc sức khỏe của bản thân và của người khác.
- Có thái độ quan tâm, quý trọng sức khỏe của bản thân và của người khác.



HOẠT ĐỘNG KHỞI ĐỘNG



1. Chơi trò chơi “Vật tay”

- Thời gian chơi : 3 hiệp ;
- Quản trò : 1 em ;
- Trọng tài : 4 em ;
- Luật chơi : 2 học sinh ngồi đối diện và nắm bàn tay phải (hoặc bàn tay trái) vào nhau. Khi có hiệu lệnh của quản trò, 2 người đồng loạt kéo tay của người đối diện về phía mình.

Cánh tay của ai bị kéo nằm xuống về phía người đối diện thì người đó sẽ bị thua cuộc. Ai thắng 2 hiệp sẽ là người chiến thắng.





2. Chia sẻ và lắng nghe

Em hãy chia sẻ cảm nhận khi là người thắng/người thua. Nêu những nguyên nhân dẫn đến thắng bạn/thua bạn trong trò chơi.



HOẠT ĐỘNG HÌNH THÀNH KIẾN THỨC



1. Sức khỏe và ý nghĩa của sức khỏe

a) Quan sát hình ảnh và trả lời các câu hỏi :

– Hãy mô tả các hoạt động diễn ra trong từng bức ảnh.

– Các hoạt động đó có tác dụng như thế nào đối với con người nói chung và đối với Bác Hồ nói riêng ?



b) Hãy nêu các biểu hiện của sức khoẻ :

SỨC KHOẺ	
Biểu hiện (thể chất, tinh thần)	



c) Sức khoẻ có cần cho mỗi người không ? Tại sao ?

Kể ít nhất 5 việc làm/hoạt động chứng tỏ có sức khoẻ thì mới hoàn thành tốt các việc làm/hoạt động đó.



2. Tìm hiểu sự cần thiết phải tự chăm sóc sức khoẻ

a) Đọc truyện và trả lời câu hỏi :

Cậu bé “tốc độ” Toàn Minh Thành

Cùng lúc giành hai Huy chương Vàng điền kinh 60m và Huy chương Bạc điền kinh 100m cấp Quận năm học 2013–2014 là một trong những thành tích đáng nể của Toàn Minh Thành – học sinh lớp 5/11 của Trường Quốc tế Á Châu.

Minh Thành có vóc người nhỏ nhắn nhưng cậu bé rất thông minh và nhanh nhẹn. Suốt 4 năm học vừa qua, bên cạnh việc học rất tốt môn Thể dục, Minh Thành còn học giỏi ở tất cả các môn học chính khoá ở cả hai chương trình Việt Nam lẫn chương trình Quốc tế và tích cực tham gia tất cả các hoạt động ngoại khoá của trường.

Được hỏi về bí quyết để học tập tốt và có tốc độ chạy nhanh, Thành vui vẻ chia sẻ với các bạn : “Mình chẳng có bí quyết nào cả ngoài ăn uống điều độ, ăn tất cả các loại thức ăn và uống nhiều sữa. Mình sống vui vẻ, lạc quan. Mình thấy thể dục thể thao rất cần thiết cho mọi người, chơi thể thao xong lúc nào mình cũng thấy sảng khoái, nhờ đó mình học và hiểu bài nhanh hơn...”.

(Phỏng theo **Gương sáng học sinh**, <http://www.asianschool.edu.vn>)

Câu hỏi :

Bí quyết mang đến thành công của Toàn Minh Thành là gì ? Em học được gì từ bạn Toàn Minh Thành ?

b) Suy ngẫm về những ý kiến sau :

Ý kiến của Nam :

Tự chăm sóc sức khỏe giúp mình có cơ thể khỏe mạnh, cân đối, sức chịu đựng dẻo dai, nhờ đó việc học tập, lao động của mình rất tốt, lúc nào mình cũng thấy tinh thần sảng khoái, vui vẻ, lạc quan.

Ý kiến của Bình :

Mình chẳng biết chơi môn thể thao nào, tập thể dục với mình là một cực hình. Mình thích gì thì ăn đấy, ăn càng nhiều càng tốt, thể mà mình có sao đâu, vẫn khỏe mạnh chẳng kém ai. Theo mình, sức khỏe là Trời cho vì vậy không cần phải chăm sóc.

c) Thảo luận : Nếu không biết tự rèn luyện và chăm sóc sức khỏe thường xuyên sẽ dẫn đến hậu quả gì ? Nêu ví dụ thực tế minh họa.



3. Tự chăm sóc sức khỏe như thế nào ?

a) Hãy chỉ ra những cách tự chăm sóc sức khỏe từ thông tin sau :

Tập luyện thể dục thể thao

Tập luyện thể dục thể thao là việc thực hành các động tác nhằm phát triển và duy trì sức khỏe thể chất và sức khỏe toàn diện.

– Tập luyện về cơ bắp, nhằm chăm sóc chức năng vận động của cơ và các khớp. Tăng sức chịu đựng, sức đề kháng của cơ thể.

– Tập luyện về khí huyết, chẳng hạn như việc hô hấp, hít thở, nhằm chăm sóc chức năng vận động khí huyết, thư giãn và tập trung tinh thần.

Chế độ dinh dưỡng

Dinh dưỡng là sự cung cấp các dưỡng chất cho cơ thể thông qua các thực phẩm ăn uống. Việc cung cấp các chất dinh dưỡng đầy đủ sẽ làm tăng sức khỏe. Sự thiếu hụt quá mức hay mất cân bằng trong chế độ dinh dưỡng có thể dẫn tới các bệnh như bệnh béo phì, chứng loãng xương... cũng như nhiều vấn đề liên quan tới tâm lý và hành vi.

Những thói quen vệ sinh cần thiết nhằm nâng cao sức khỏe

Chải răng sau mỗi bữa ăn chính, buổi sáng sau khi thức dậy, buổi tối trước khi đi ngủ.

Rửa tay với nước sạch và xà phòng trước khi ăn và sau khi đi vệ sinh.

Vệ sinh mắt, tai thường xuyên.

Tắm rửa thường xuyên bằng xà phòng và nước sạch, giặt quần áo, chiếu màn thường xuyên, phơi ngoài nắng.

Nhà cửa cần quét dọn, lau chùi hằng ngày, vật dụng cần được cọ rửa thường xuyên.

Giữ sức khỏe tinh thần

Người có sức khỏe tinh thần tốt là người luôn có tâm trạng vui vẻ, tích cực.

Để có sức khỏe tinh thần tốt, cần cân bằng giữa làm việc và nghỉ ngơi, thư giãn, cần rèn luyện những đức tính tốt tác động đến sức khỏe như : lòng vị tha, lòng nhân ái, tình yêu thương..., giảm bớt những tính khí bất lợi cho sức khỏe như dễ căng thẳng (stress), nóng nảy, hay thất vọng...

(Phỏng theo *Wikipedia/wiki/sức khỏe*)

b) Thảo luận và hoàn thành bảng sau :

Những việc làm có lợi cho sức khỏe	Giải thích lí do
– Tập thể dục thể thao	
– Ăn uống điều độ	
–	

Những việc làm có hại cho sức khỏe	Giải thích lí do
– Hút thuốc lá	
– Uống rượu	
–	

c) Hãy nêu gương tốt về tự chăm sóc sức khỏe :

- Hãy chia sẻ một gương tốt mà em biết (có thể của các bạn trong lớp, trong trường hoặc người thân trong gia đình,...) về tự chăm sóc và rèn luyện sức khỏe.
- Mỗi nhóm chọn một tấm gương tiêu biểu nhất để kể trước lớp.



d) Cùng chia sẻ :

- Em đã làm gì để có thể vượt qua trạng thái lo lắng, buồn bực, cáu giận ? Hãy chia sẻ các cách đó với bạn của em.
- Hằng ngày em đã tự chăm sóc sức khỏe của mình như thế nào ? Hãy chia sẻ với bạn.



HOẠT ĐỘNG LUYỆN TẬP



1. Quan sát, thảo luận và nhận xét về những hoạt động, việc làm trong mỗi ảnh dưới đây



2. Xử lý tình huống

Tình huống 1 :

Đá cầu là môn thể thao mà Tuấn rất yêu thích. Chiều nào cũng vậy, sau khi ra sân làm vài trận cầu, người còn nhể nhại mồ hôi, Tuấn đã chạy luôn vào phòng tắm và dội nước lạnh ào ào lên người.

- Em có nhận xét gì về việc làm của bạn Tuấn ?
- Nếu là bạn của Tuấn, em sẽ khuyên Tuấn như thế nào ?



Tình huống 2 :

Là học sinh lớp 6, Hoa có chiều cao 1,32m và cân nặng 61kg. Hoa luôn tự hào mình là người khỏe nhất. Thực đơn trong các bữa ăn của Hoa chủ yếu là thịt, trứng, bánh ngọt, bơ, sữa và nước ngọt.

Em hãy tư vấn cho bạn Hoa biện pháp để tăng chiều cao và giảm cân nặng.



Tình huống 3 :

Để chứng tỏ mình là người lớn, Hùng và Hải rủ nhau hút thuốc lá. Nếu chứng kiến việc đó, em sẽ khuyên bạn như thế nào ?



Tình huống 4 :

Lớp em có bạn Tâm thấp bé, nhẹ cân nhất lớp. Bạn rất hay bị ốm khi thời tiết thay đổi. Lúc nào Tâm cũng buồn phiền về tình trạng sức khỏe của mình.

Nhóm em hãy tư vấn giúp Tâm cách tự chăm sóc sức khỏe để nâng cao thể lực, chiều cao, cân nặng.



3. Thực hành bài tập thư giãn

- Tập trung lắng nghe và thực hiện theo các chỉ dẫn của bài tập thư giãn yoga.
- Chia sẻ cảm nhận của mình sau khi thực hiện bài tập thư giãn.



4. Chơi trò chơi

- Cùng cả lớp chơi một trò chơi vận động hoặc một trò chơi trí tuệ.
- Chia sẻ cảm nhận của bản thân sau khi chơi.



HOẠT ĐỘNG VẬN DỤNG



1. Điều chỉnh chế độ ăn uống

– Nhìn vào *Tháp cân đối dinh dưỡng*, hãy đánh giá lại chế độ ăn uống của bản thân bằng cách điền vào bảng ở trang sau :



	Nhiều	Vừa	Ít
Muối			
Đường			
Dầu mỡ			
Thịt và đậu			
Hoa quả			
Rau			
Tinh bột			

– Hãy xin tư vấn của những người am hiểu về lĩnh vực này (bác sĩ, giáo viên, bố mẹ...) để xây dựng chế độ dinh dưỡng phù hợp cho bản thân.



2. Lập kế hoạch luyện tập thể dục thể thao hằng ngày

- Xây dựng kế hoạch theo các yêu cầu sau :
 - + Mục đích
 - + Những bài tập luyện
 - + Thời gian thực hiện hằng ngày
 - + Tìm kiếm nguồn hỗ trợ cho kế hoạch của mình (có thể từ ông bà, bố mẹ, người thân...).
- Đánh giá kết quả sau một tháng luyện tập và chia sẻ với bố mẹ, bạn bè, thầy cô.



3. Rèn luyện sức khỏe tinh thần

Thực hiện các bài tập thư giãn để vượt qua trạng thái lo lắng, buồn bực, cáu gắt.



4. Thực hiện lời khuyên của bác sĩ

Thực hiện theo lời khuyên của bác sĩ và theo dõi sự tiến triển về sức khoẻ bản thân :

- Dùng nước ấm để rửa mặt và nên tắm nước ấm trước khi đi ngủ khoảng 2 giờ
- Uống đủ lượng nước
- Đừng bỏ hẳn chất béo trong thực phẩm và bổ sung can-xi đầy đủ
- Hãy giữ tâm trạng vui vẻ
- Vệ sinh cá nhân đúng cách, thường xuyên.



HOẠT ĐỘNG TÌM TÀI MỞ RỘNG



- Em hãy sưu tầm những thông tin/bài viết/truyện kể về việc tự chăm sóc sức khoẻ và chia sẻ với bạn trong nhóm, trong lớp.
- Qua việc sưu tầm đó, em học được những gì ?

Bài 3

SỐNG CẦN KIỆM

MỤC TIÊU

Sau bài học này, học sinh :

- Nêu được ý nghĩa của sống cần kiệm.
- Biết cần cù trong học tập và lao động, tiết kiệm trong sinh hoạt và trong cuộc sống.
- Biết đánh giá hành vi của bản thân và của người khác về sống cần kiệm.
- Quý trọng những người sống cần kiệm ; phê phán lối sống lười biếng, xa hoa, lãng phí.



HOẠT ĐỘNG KHỞI ĐỘNG



“Khám phá” ô chữ và trả lời câu hỏi

a) Cách chơi :

- Thời gian thực hiện : 5 phút ;
- Số người tham gia : cả lớp ;
- Cách tìm : Ghép các chữ cái đứng liền nhau trong ma trận để tạo thành các từ chỉ phẩm chất cần có của con người.

L	S	T	D	M	M	K	I	G	H
U	B	I	B	H	D	R	L	I	I
O	V	E	E	A	T	C	A	A	E
I	N	T	D	N	O	H	C	N	U
N	H	K	E	H	G	V	Q	D	T
H	O	I	C	P	F	N	U	I	H
A	K	E	V	H	C	B	A	G	A
C	B	M	G	U	I	F	N	N	O
T	H	O	N	G	M	I	N	H	G
C	A	N	C	U	X	J	H	H	K

b) Trả lời câu hỏi :

Theo em, trong những từ chỉ phẩm chất vừa tìm được, từ nào là từ đặc trưng cho phẩm chất của em ? Tại sao ?



HOẠT ĐỘNG HÌNH THÀNH KIẾN THỨC

I – SỐNG CẦN KIỆM VÀ Ý NGHĨA CỦA SỐNG CẦN KIỆM



1. Tìm hiểu về sống cần kiệm

Đọc truyện và trả lời câu hỏi :

Kiến và Ve Sầu

Ngày hè nóng rất, dưới ánh mặt trời thiêu đốt, trong khi những loài vật nhỏ bé đang ca hát thì chú Kiến vẫn chăm chỉ, bận rộn, chuyển thức ăn về tổ, tăng thức ăn to hơn cả thân hình của mình, lại liên tục bị rơi xuống nhưng chú Kiến khéo léo tìm cách khiêng đi chứ nhất định không chịu bỏ cuộc.

Thấy Kiến đi qua, Ve Sầu giễu cợt :

– Đây nhà chú ăn hết bao nhiêu đầu mà kiếm nhiều thế cho nặng tổ. Chú cứ vui chơi như chúng tôi đi !

Kiến vẫn tiếp tục làm việc, chú đáp lại Ve Sầu :

– Chị cứ vui chơi đi, nhà chúng em sức yếu, phải tích trữ cái ăn cho mùa đông giá rét, chị ạ.



Mùa đông đến, Ve Sầu không chịu làm tổ, cũng không tích trữ cái ăn nên nó bám vào cây, khô héo dần đi vì đói và rét. Kiến đã kiếm đủ thức ăn cho mùa đông nên không phải ra ngoài trời lạnh mà vẫn có cái ăn.

(Phỏng theo **Kiến và Ve Sầu**, giaoan.violet.vn)

Câu hỏi :

– Vì sao Kiến vẫn đủ thức ăn để vượt qua mùa đông giá lạnh, còn Ve Sầu héo dần đi vì đói và rét ?

– Hãy gạch chân những từ/cụm từ chỉ những đức tính tốt đẹp của Kiến.

– Hãy gạch chân những từ/cụm từ chỉ sự lười biếng của Ve Sầu khiến chính nó phải chịu đói rét trong mùa đông.

– Em rút ra bài học gì cho mình từ câu chuyện trên ?



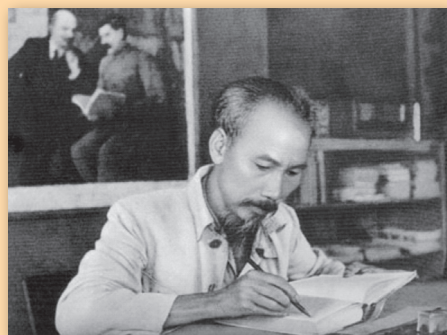
2. Tìm hiểu tám gương sống cần kiệm của Bác Hồ

a) Phân vai đọc hội thoại :

Hà : Mình nghe nói, Bác Hồ biết nói tiếng Anh, tiếng Pháp, tiếng Nga, tiếng Trung Quốc... Không biết Bác đã học những thứ tiếng đó như thế nào nhỉ ?

Anh : Bố mình kể rằng, ngày nào cũng vậy, Bác làm việc 17 tiếng và còn học thêm 2 tiếng nữa rồi mới đi ngủ. Đến bất cứ nước nào, Bác đều tranh thủ học tiếng nước ấy.

Son : Thấy bảo, Bác còn viết mỗi ngày 10 từ vào cánh tay để vừa làm vừa học, từ nào không hiểu, Bác tra từ điển hoặc nhờ người khác giải thích rồi ghi lại vào sổ.



Hà : Thì ra Bác biết nhiều ngoại ngữ là vì Bác rất siêng năng, kiên trì.

Anh : Chưa hết, tớ còn nghe nói Bác là một người rất tiết kiệm nữa đấy. Các cậu cứ nghĩ mà xem, là lãnh tụ của một nước mà Bác chỉ mặc bộ quần áo ka-ki bạc màu, chân đi dép cao su, bữa ăn của Bác cũng rất thanh đạm.

Son : Mình đọc cuốn *Kể chuyện Bác Hồ*, thấy Bác thường căn dặn mọi người phải thực hành tiết kiệm, tiết kiệm sức lao động, tiết kiệm thì giờ, tiền bạc ; phải tiết kiệm từ cái to đến cái nhỏ, không xa xỉ, hoang phí, không bừa bãi, phô trương hình thức.

Hà : Bác thực sự là vị lãnh tụ có lối sống cần kiệm.

b) Thảo luận để trả lời câu hỏi :

- Tìm những từ/cụm từ/đoạn văn mô tả lối sống cần cù trong học tập và lao động của Bác Hồ.
- Vì sao bạn Anh lại nói Bác là người sống rất tiết kiệm ?
- Bác Hồ đã căn dặn chúng ta phải tiết kiệm những gì ?
- Kể tên những đức tính của Bác Hồ mà em nhận thấy được qua đoạn hội thoại trên.
- Em học tập được những gì qua tấm gương sống cần kiệm của Bác Hồ ?



3. Tìm hiểu ý nghĩa của sống cần kiệm

a) Nêu ý nghĩa của lối sống cần cù và tiết kiệm qua câu chuyện *Kiến và Ve Sầu*.

b) Qua đoạn hội thoại ở trên, em thấy việc học tập chăm chỉ, cần cù và lối sống tiết kiệm của Bác Hồ đã đem đến cho Bác thành công gì ?

c) Hãy chia sẻ với bạn/thầy cô giáo suy nghĩ của em về nhận xét sau :

Con người muốn tồn tại, phải cần cù lao động để làm ra của cải, phải biết tiết kiệm tiền của, công sức, thời gian thì mới xây dựng được cuộc sống ấm no hạnh phúc. Ngược lại, nếu không chịu khó, kiên trì và tiết kiệm thì sẽ đói nghèo và không đạt được mục đích gì, trở thành kẻ ăn bám gia đình và xã hội, cuộc sống sẽ trở nên vô nghĩa. Vì vậy, có thể nói : Cần cù, tiết kiệm giúp con người thành công trong công việc, trong cuộc sống.

II – NHỮNG VIỆC CẦN LÀM ĐỂ CÓ LỐI SỐNG CẦN KIỆM



1. Phân biệt lối sống cần kiệm với lối sống lười biếng, không tiết kiệm

a) Lựa chọn các từ đã cho và viết vào cột tương ứng :

Siêng năng ; Lãng phí ; Chăm chỉ ; Mải chơi ; Có kế hoạch ; Phí phạm ; Nỗ lực ; Chịu khó ; Miệt mài ; Chường mực ; Xa hoa ; Sử dụng hợp lí ; Lười biếng ; Giản dị.

Cần cù		Tiết kiệm	
Gần nghĩa	Trái nghĩa	Gần nghĩa	Trái nghĩa
.....			

- Đặt câu với các từ đã cho và viết các câu đó vào giấy.
- Chỉ ra sự khác nhau giữa tiết kiệm và hà tiện, keo kiệt.
- Báo cáo kết quả làm việc với thầy/cô.

b) Thảo luận và hoàn thành bảng :

– Em hãy nêu những biểu hiện và ý nghĩa của lối sống cần kiệm trong học tập, lao động, trong sinh hoạt hằng ngày và các hoạt động xã hội khác.

	Biểu hiện	Ý nghĩa
Học tập		
Lao động		
Sinh hoạt		
Các hoạt động khác		

– Em hãy nêu những biểu hiện và hệ quả của lối sống không cần kiệm trong học tập, lao động, trong sinh hoạt hằng ngày và các hoạt động xã hội khác.

	Biểu hiện	Hệ quả
Học tập		
Lao động		
Sinh hoạt		
Các hoạt động khác		



2. Những cách rèn luyện để có lối sống cần kiệm

a) Đọc những thông tin sau :

Rèn luyện tính siêng năng trong học tập

- Xác định mục đích học tập rõ ràng.
- Có thái độ và suy nghĩ tích cực để theo đuổi mục tiêu mà mình đề ra trong việc học, cũng như khi thực hiện kế hoạch.
- Tạo một thời gian hợp lí cho bản thân khi làm bài tập.
- Nếu bài tập quá nhiều và nặng, hãy chia nhỏ ra làm nhiều phần. Mỗi ngày làm một chút, nhưng phải chắc chắn là mình làm xong chứ không để dồn sang hôm sau.

- Nếu bạn muốn hoàn thành sớm bài tập thì hãy chọn phần dễ trước, khó sau, chọn làm những phần nào bạn cảm thấy hứng thú hoặc những đề mục nhỏ trước.
- Nếu cảm thấy khó khăn hoặc khó hiểu ở điểm nào trong bài tập, đừng ngại hỏi thầy/cô giáo, bạn bè, cha mẹ.
- Cố gắng giải quyết những vấn đề cá nhân có thể làm ảnh hưởng đến sự tập trung của bạn.
- Hạn chế những suy nghĩ hoặc thái độ thiếu tích cực như : chần chừ, chờ đợi sự may mắn, tự ti... khi học.
- Mỗi khi hoàn thành xong một phần bài tập đề ra, bạn hãy tự thưởng cho mình một que kem, thanh kẹo, một thời gian nghe nhạc hoặc xem phim...

Rèn luyện tính tiết kiệm trong cuộc sống

- Theo dõi việc tiêu pha của bạn bằng cách : mỗi khi dùng tiền vào việc gì, hãy viết ra giấy khoản chi tiêu đó và rồi nhớ để mắt đến từng khoản chi ấy vào cuối tháng.
- Khi quyết định mua một món đồ nào đó, bạn hãy so sánh giá bán ở nhiều cửa hàng với nhau (qua mạng Internet). Bạn cũng nên kết hợp xem xét giá bán giữa những cửa hàng gần nhà với những nhà cung cấp trên mạng để tìm ra giá tốt nhất của món đồ muốn mua.
- Tắt những bóng đèn và những thiết bị điện trong nhà khi bạn không còn sử dụng nữa.
- Thường xuyên kiểm tra lại tất cả hệ thống vòi nước trong nhà. Nếu phát hiện vòi nước rò rỉ thì phải tiến hành sửa chữa luôn. Điều chỉnh cơ cấu xả nước ở các thiết bị.
- Ra khỏi giường ngay khi thức dậy. Hãy liệt kê những việc cần làm theo danh mục ưu tiên, nếu có nhiều việc thì ghi từng nhóm công việc.

b) Trả lời câu hỏi :

- Theo em, để rèn luyện tinh thần siêng năng học tập và lối sống cần kiệm như thông tin vừa đọc ở trên, em có gặp khó khăn gì không ? Hãy chia sẻ với bạn để nhận thêm sự hỗ trợ và quyết tâm rèn luyện những đức tính này.

– Vì sao mỗi công dân phải tiết kiệm điện, nước sạch, thời gian, sức lực và tiết kiệm trong chi tiêu hằng ngày ?

– Lối sống cần kiệm của mỗi cá nhân ảnh hưởng đến sự thay đổi của gia đình, cộng đồng và xã hội như thế nào ?



3. Đọc truyện và trả lời câu hỏi

Hạt giống

Ngày xưa, có hai đứa trẻ đều mong có nhiều ước mơ đẹp để và chúng luôn tranh luận : “Làm sao để thực hiện được ước mơ ?”. Tranh luận mãi mà không tìm ra kết quả, hai đứa trẻ mang theo câu hỏi đến gặp một cụ già, hi vọng nhận được những lời chỉ bảo.

Cụ già cho mỗi đứa trẻ một hạt giống và bảo :

– Đây chỉ là hạt giống bình thường, nhưng ai có thể bảo quản nó tốt thì người đó sẽ tìm ra con đường thực hiện ước mơ.

Nói xong cụ già quay lại rồi đi khuất ngay.

Sau đó mấy năm, cụ già hỏi hai đứa trẻ về tình trạng bảo quản hạt giống.

Đứa trẻ thứ nhất mang ra một chiếc hộp được quấn bằng dây lụa và nói :

– Cháu đặt hạt giống trong chiếc hộp, suốt ngày giữ nó. – Nói rồi nó lấy hạt giống ra cho cụ già xem, thấy rõ hạt giống nguyên vẹn như trước.

Đứa trẻ thứ hai mặt mũi sạm nắng, hai bàn tay nổi chai. Nó chỉ ra cánh đồng mênh mông lúa vàng phần khởi nói :

– Cháu đem gieo hạt giống xuống đất, sau đó mỗi ngày lo tưới nước, chăm sóc bón phân diệt cỏ... tới nay nó đã kết hạt mới đầy đồng.

Cụ già nghe xong mừng rỡ nói :

– Các cháu, ước mơ cũng như hạt giống đó. Chỉ biết giữ giữ lấy nó thì chẳng thể biến nó thành hiện thực được. Chỉ khi dùng mồ hôi, sức lực, tưới tắm vun trồng cho nó thì mới có thể biến thành hoa trái, mùa màng bội thu.

(Sưu tầm)

Câu hỏi :

- Hãy lựa chọn các chi tiết trong câu chuyện thể hiện cậu bé thứ hai là người cần cù, chịu khó lao động.
- Sự cần cù lao động đã mang lại cho cậu bé điều gì ?
- Em có suy nghĩ gì về lời khuyên của cụ già ở khổ cuối cùng của câu chuyện ?



HOẠT ĐỘNG LUYỆN TẬP

1. Nêu ý nghĩa của những câu nói, câu ca dao, tục ngữ

Nội dung	Ý nghĩa
1. Nước chảy đá mòn	
2. Kiến tha lâu cũng đầy tổ	
3. Năng nhặt chặt bị	
4. Tay làm hàm nhai Tay quai miệng trễ	
5. Dao siêng mài thì sắc	
6. Siêng học tập thì mau biết Siêng nghĩ ngợi thì hay có sáng kiến Siêng làm thì nhất định thành công	
7. Người siêng năng thì mau tiến bộ Cả nhà siêng năng thì chắc ấm no Cả làng siêng năng thì làng phồn thịnh Cả nước siêng năng thì nước mạnh	



2. Xử lý tình huống

Mỗi nhóm hãy chọn một trong các tình huống sau để xây dựng kịch bản, tổ chức đóng vai theo kịch bản (có nhân vật, lời thoại, cách ứng xử...) và trình bày tiểu phẩm trước lớp.

Tình huống 1 :

Chiều nay lớp em có buổi lao động ở trường nhưng trời rất lạnh, lại có mưa nhỏ. Một bạn trong lớp rủ em giả vờ ốm để khỏi phải đi lao động.

Em nên ứng xử như thế nào trong tình huống đó ?

Tình huống 2 :

Sau giờ thể dục, các bạn lớp 6A tranh nhau ra rửa tay chân ở một vòi nước trong sân trường. Các bạn xả nước tràn ra lênh láng khắp sân. Thấy vậy, Hà phê bình và khoá vòi nước lại. Các bạn lớp 6A liền chế nhạo Hà là đồ keo kiệt, thích “lên mặt dạy người”.

Em sẽ làm gì khi chứng kiến việc làm của Hà và các bạn lớp 6A ?



3. Học tập tấm gương sống cần kiệm

a) Kể 3 tấm gương tiêu biểu về sự cần cù trong học tập, lao động và sinh hoạt hằng ngày mà em biết từ cuộc sống xung quanh của em hoặc từ các phương tiện thông tin, sách báo.

b) Hãy chỉ ra các biểu hiện và kết quả của việc học tập và lao động cần cù đó.



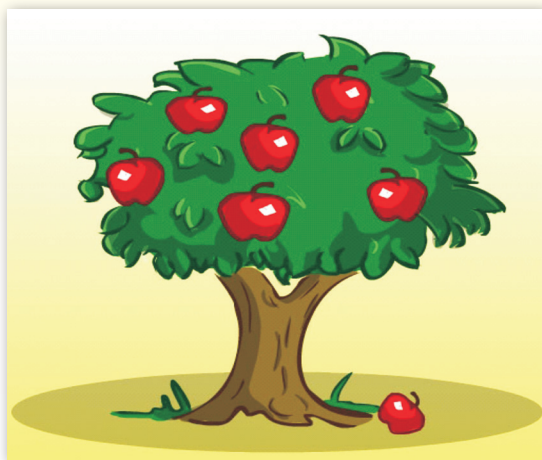
4. Vẽ “cây giá trị”

Em hãy dùng các màu sắc phù hợp trong hộp bút màu để vẽ “cây giá trị”.

– Phần rễ : những đức tính của lối sống cần kiệm mà em đã có hoặc mong muốn nhưng chưa có.

– Phần cành : những việc em đã làm được hoặc mong muốn nhưng chưa làm được để sống cần kiệm.

– Phần lá, hoa, quả : những kết quả em đạt được do sống cần kiệm.



HOẠT ĐỘNG VẬN DỤNG



1. Xây dựng chương trình hành động “sống cần kiệm”

a) Lập kế hoạch cá nhân :

Hãy xây dựng thời gian biểu một tuần hoạt động của em trong đó thể hiện được em là người làm việc siêng năng, có kế hoạch hợp lí. Em có thể tự đưa ra một mẫu thiết kế kế hoạch của mình.

b) Liệt kê những việc cần làm :

Để thực hiện việc cần kiệm trong sinh hoạt và đời sống, em hãy liệt kê những việc cần làm ngay và cách để có thể nhắc nhở chính em luôn có ý thức cần kiệm.

c) Thực hiện kế hoạch cá nhân :

– Hãy thực hiện kế hoạch cá nhân của em và tự đánh giá việc thực hiện của mình trong một tuần.

– Hãy nêu những thuận lợi và khó khăn trong quá trình thực hiện kế hoạch.

– Chia sẻ khó khăn đó với thầy cô giáo, cha mẹ, bạn bè để tìm cách khắc phục.



2. Em thực hành tiết kiệm

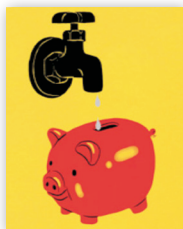
Hãy viết những hành động tiết kiệm của em trong từng tuần theo các nội dung dưới đây.
Sau đó em hãy chia sẻ với bạn và thầy/cô giáo những việc em làm được.



Tiết kiệm điện :

.....

.....



Tiết kiệm nguồn nước sạch :

.....

.....



Tiết kiệm năng lượng :

.....

.....



Tiết kiệm thực phẩm :

.....

.....



Tiết kiệm trong chi tiêu hằng ngày :

.....

.....



HOẠT ĐỘNG TÌM TÒI MỞ RỘNG



1. Sưu tầm và tuyên truyền

Sưu tầm một số câu chuyện kể về những tấm gương sống cần kiệm. Em học được gì từ các tấm gương đó ? Hãy tuyên truyền những tấm gương đó cho mọi người xung quanh.



2. Viết bài luận

Em hãy viết một bài luận ngắn trình bày suy nghĩ của mình về câu nói của Các Mác : “Mọi tiết kiệm, suy cho cùng là tiết kiệm thời gian”. (Bài viết có độ dài từ 1000 đến 1200 chữ).