

GIÁO ÁN GIÁO DỤC CẢM XÚC XÃ HỘI (SEL)

Chủ đề	: Bản thân
Đề tài	: Bé kiểm chế cảm xúc khi tức giận
Thời gian	: 30 - 35 phút
Đối tượng	: Trẻ 5-6 tuổi
Giáo viên	: Nguyễn Thị Thu Trang

I. MỤC ĐÍCH – YÊU CẦU:

1. Kiến thức:

- Trẻ ôn nhận biết một số cảm xúc cơ bản: Buồn, vui, sợ hãi, tức giận qua nét mặt, cử chỉ, điệu bộ. Trẻ biết nguyên nhân dẫn đến cảm xúc tức giận và tác hại khi không kiểm soát được cơn tức giận.

- Trẻ biết một số biểu hiện, hành động khi “tức giận”: khó chịu, cáu kỉnh, bực tức, nhăn nhó, cau mày hoặc có những hành động như dậm chân, đập phá, xua đuổi, đánh bạn, ném đồ chơi ...

- Trẻ biết một số hoạt động giúp kiểm chế và giải tỏa cảm xúc “tức giận” như: đếm từ 1-10; hít hơi thật sâu và thở ra từ từ; đến nơi yên tĩnh; uống 1 cốc nước mát lạnh, nhờ bố mẹ giúp (nếu ở lớp thì nói chuyện với cô giáo); chơi đồ chơi mình thích, niệm 1 câu thần chú...

2. Kỹ năng.

- Trẻ thực hành kiểm chế tức giận qua các tình huống, trò chơi và hành động.

- Trẻ có khả năng tập chú ý, quan sát, ghi nhớ có chủ định; có kỹ năng hợp tác làm việc nhóm.

3. Thái độ.

- Trẻ hứng thú, tích cực tham gia hoạt động cùng cô và các bạn. Thông qua hoạt động giúp trẻ hạn chế cảm xúc tiêu cực và luôn có thái độ tích cực và thường xuyên chia sẻ cảm xúc của mình cho cô giáo, bạn bè và người thân.

II. CHUẨN BỊ :

1. Đồ dùng của cô :

- Nhạc bài hát “Nhảy múa nào bạn ơi”, “Giận làm chi”

- Video: “Giận ơi là giận”, “Bé làm gì khi tức giận”

- Trò chơi “Vòng quay cảm xúc” trên phần mềm wordwall

- Trò chơi “Xé túi mù” trên powpoint

2. Đồ dùng của trẻ:

- Bóng bay sắc màu.

- Máy tính để trẻ khám phá, tìm hiểu cách giải quyết tình huống.

III. TỔ CHỨC HOẠT ĐỘNG:

Hoạt động cô	Hoạt động trẻ
<p>1. Hoạt động 1: Gây hứng thú, ôn lại những cảm xúc</p> <ul style="list-style-type: none"> - Cô và trẻ hát và vận động bài hát “Nhảy múa nào bạn ơi” - Đàm thoại: <ul style="list-style-type: none"> + Bạn nhỏ trong bài hát có cảm xúc gì? + Các con có vui không? Vì sao? + Ngoài vui ra con đã trải qua những cảm xúc gì khác? - Cô giới thiệu và cho trẻ tham gia trò chơi “Vòng quay cảm xúc” <ul style="list-style-type: none"> + Cách chơi: Vòng quay quay vào ô có hình ảnh nào, trẻ sẽ gọi tên cảm xúc đó và thể hiện bằng nét mặt. (Cô có thể chụp lại những cảm xúc của trẻ) - Đàm thoại: <ul style="list-style-type: none"> + Trong các cảm xúc con vừa chơi, con thích và không thích cảm xúc nào nhất? Vì sao? - Cô dẫn dắt giới thiệu nội dung bài học. <p>2. Hoạt động 2: Bé kiểm chế cảm xúc khi tức giận</p> <p>* Nguyên nhân, biểu hiện của cảm xúc tức giận</p> <ul style="list-style-type: none"> - Xem video “Giận ơi là giận” - Cô đặt ra câu hỏi: <ul style="list-style-type: none"> + Các con vừa xem video gì? + Chuyện gì xảy ra với bạn Bờm? + Khi bạn Bờm tức giận bạn có hành động và lời nói như thế nào với bạn Cò? - Trong lớp mình, có bạn nào đã từng giận chưa nhỉ? Con giận vì chuyện gì? Con chia sẻ cho cô giáo và các bạn cùng lắng nghe nào. <ul style="list-style-type: none"> + Khi con tức giận con có hành động như thế nào? Có giống bạn trong video không? + Theo các con hành động đó có nên làm không? Vì sao? <p>=> Cô khái quát lại nguyên nhân và biểu hiện khi tức giận...</p> <ul style="list-style-type: none"> + Con bị trêu đùa mà con không thích nên con giận! + Đồ chơi của con bị bạn khác giật mất nên con giận! + Bạn không chơi với con, con giận. + Hay như bạn Cò trong video không may làm xấu tranh bạn Bờm nên Bờm tức giận... 	<ul style="list-style-type: none"> - Trẻ hát - Trẻ trả lời - Trẻ chơi - Trẻ trả lời - Trẻ xem - Trẻ trả lời

<p>*Cách kiềm chế, giải tỏa sự tức giận.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Cô cho trẻ xem tiếp video - Đàm thoại: <ul style="list-style-type: none"> + Sau khi Bòm mắng và xua đuổi Cò thì ai giúp Bòm nhận ra lỗi sai? Mẹ nói như thế nào? Và Bòm đã làm gì để giải tỏa cơn tức giận? + Vì biết sự tức giận và hành động của mình chưa đúng nên bạn Bòm đã không giận Cò nữa đấy. => Cô khái quát lại: Các con ạ, có khi cơn giận cứ ở mãi trong tâm trí, xua không được, đuổi cũng không đi. Nên con phải tự mình thoát ra khỏi nó bằng các cách khác nhau như: <ol style="list-style-type: none"> 1. Đếm to từ 1 đến 10 2. Uống 1 cốc nước mát lạnh 3. Hít thở thật sâu 4. Đọc một câu thần chú 5. Nhờ bố mẹ, cô giáo giúp 6. Chơi đồ chơi mình thích - Cho trẻ thực hành một số cách. <ul style="list-style-type: none"> + Có rất nhiều cách để khiến cơn giận qua nhanh, bây giờ các con cùng cô thực hiện một số cách mà chúng mình đã nêu ra nhé. - Cô mở rộng nói về tác hại của việc không làm chủ được cảm xúc khi tức giận, giáo dục trẻ hạn chế cảm xúc tiêu cực, luôn có thái độ tích cực vui vẻ và thường xuyên chia sẻ cảm xúc của mình cho cô giáo, bạn bè và người thân. - Cho trẻ xem video “Bé làm gì khi tức giận” <p>3. Hoạt động 3: Ôn luyện và củng cố</p> <p>* Trò chơi: Xé túi mù</p> <ul style="list-style-type: none"> - Cho trẻ chơi trò chơi “Xé túi mù” trên powpoint <ul style="list-style-type: none"> + Cách chơi: Chia trẻ về 3 nhóm, kích chuột để chơi, khi xé túi mù ra có tình huống gì, trẻ sẽ bàn bạc, trao đổi cách xử lý tình huống đó. Sau 5 phút đại diện 3 nhóm lên trình bày. - Cô nhận xét và bổ sung ý kiến <p>* Trò chơi “Bong bóng cảm xúc”</p> <ul style="list-style-type: none"> - Cho trẻ lấy bóng bay thổi to lên và xì ra thật từ từ để minh họa cho việc giải tỏa cảm xúc tức giận. - Kết thúc: Hát múa “Giận làm chi” 	<ul style="list-style-type: none"> - Trẻ xem - Trẻ trả lời - Trẻ xem - Trẻ chơi - Trẻ chơi
---	---

