

# KẾ HOẠCH HOẠT ĐỘNG HỌC

**Chủ đề: Bản thân**

**Lĩnh vực: PTTCKNXH**

**Đề tài: Dạy kỹ năng tự bảo vệ bản thân**

**Độ tuổi: 4 - 5 tuổi**

**Người soạn (người dạy): Lương Thị Oanh**

**Ngày dạy: .....**

## **1. Mục đích yêu cầu**

- Trẻ biết giới tính của bản thân, biết một số cách chăm sóc, bảo vệ cơ thể. Trẻ biết vùng riêng tư của bản thân và cách giao tiếp ứng xử với mọi người xung quanh để bảo vệ vùng riêng tư đó.

- Phát triển kỹ năng quan sát, tư duy, phán đoán, ghi nhớ có chủ định cho trẻ.

- Giáo dục trẻ biết bảo vệ bản thân. Trẻ hứng thú tham gia hoạt động.

## **2. Chuẩn bị**

- Video về quy tắc 5 ngón tay.

- Nhạc bài hát “ 5 Ngón tay xinh”

- 2 vật cản, 2 bảng vẽ quy tắc năm ngón tay, các tranh rời cho trẻ ghép để chơi trò chơi.

## **3. Tiến hành**

### **3.1. HĐ1: Trò chuyện cùng bé**

- Cho trẻ chơi trò chơi “ Bạn trai, bạn gái”

- Hỏi trẻ các con vừa chơi trò chơi gì?

- Sở thích của các bạn trai là gì ?

- Sở thích của các bạn gái là gì?

- Cô khái quát lại: Bạn trai và bạn gái không chỉ khác nhau về đặc điểm bên ngoài, sở thích mà còn khác nhau về cấu tạo cơ thể nữa đấy.

- Cô dẫn dắt giới thiệu vào bài.

### **3.2. HĐ2: Dạy kỹ năng tự bảo vệ bản thân**

#### **a. Cho trẻ xem ảnh bạn trai và bạn gái mặc đồ bơi.**

- Hỏi trẻ đây là hình ảnh gì?

- Các bạn đang mặc đồ gì?

- Bạn trai mặc đồ bơi màu gì?

- Bạn gái mặc đồ bơi màu gì?

- Đây chính là hình ảnh các bạn mặc đồ bơi và những vùng mặc đồ bơi này còn gọi là vùng riêng tư. Cho cả lớp nhắc lại.

- Mỗi người sẽ có 4 vùng riêng tư đó là miệng, ngực, bộ phận kín và mông. Những vùng riêng tư này không phải ai cũng được phép nhìn và chạm vào.

- Để bảo vệ những vùng riêng tư này, bảo vệ cơ thể thì cô và các con sẽ cùng nhau học theo quy tắc 5 ngón tay nhé. - Cho trẻ xem video quy tắc 5 ngón tay.

- Hỏi trẻ vừa xem vì sao gọi?

- Hỏi trẻ về quy tắc 5 ngón tay:

+ Ngón cái là ngón chỉ những ai?

- Đúng rồi, ngón cái là ngón chỉ Ông bà, bố mẹ, anh chị em ruột. Anh chị em ruột là những người cùng bố mẹ sinh ra và cùng sống trong 1 gia đình.

+ Hỏi trẻ anh chị em ruột của con là ai? Tên là gì?

- Đối với các thành viên rất gần gũi trong gia đình thì chúng mình sẽ giao tiếp như thế nào nhỉ?

- Đối với các thành viên trong gia đình chúng ta có thể cười nói vui vẻ, ôm, thơm, ngủ chung.

- Khi các con còn nhỏ thì ông bà, bố mẹ có thể giúp ta tắm rửa, thay quần áo nhưng khi các con lớn thì các con phải như thế nào?

- Đúng vậy, khi các con lớn thì chúng ta phải tự tắm rửa và đặc biệt là khi thay quần áo thì phải thay trong phòng kín các con nhớ chưa nào.

- Tiếp theo là ngón trỏ: Ngón trỏ là ngón gồm những ai?

+ Ngón trỏ là ngón xa hơn 1 chút gồm cô giáo, thầy giáo, các bạn, cô gì chú bác, anh chị em với bố mẹ của mình.

+ Đối với cô giáo con giao tiếp như thế nào?

- Khi còn nhỏ các con ở trường mầm non với các cô thì các cô có thể giúp chúng ta vệ sinh cá nhân, thay quần áo. - - Nhưng khi các con đã lớn thì chúng mình sẽ tự vệ sinh cá nhân, tự thay, tự mặc quần áo trong phòng kín. Và khi giao tiếp chúng mình sẽ chào hỏi lễ phép, có thể ôm cô giáo.

+ Đối với họ hàng cô gì chú bác, anh chị em ruột của bố mẹ thì chúng mình sẽ giao tiếp như thế nào?

- Đúng rồi, các con sẽ chào hỏi lễ phép, có thể bắt tay, nhiều hơn nữa là ôm thôi.

- Nhưng những người này có được phép chạm vào vùng đồ bơi của chúng mình không?

- Nếu như họ có những hành vi mà chúng mình không thích thì chúng mình phải làm gì?

=> Đúng rồi! đối với những người ở ngón trỏ thì tuyệt đối không được nhìn, chạm vào vùng đồ bơi – vùng riêng tư của chúng mình. Nếu như họ có những hành động mà các con không thích thì các con phải bỏ chạy, mách, nói với ông bà, bố mẹ, những người mà mình tin tưởng nhất.

- Ngón thứ 3 là ngón giữa: Ngón giữa là ngón gồm những ai?
- + Với những người quen biết nhưng không thân thì các con giao tiếp như thế nào?
- Đúng rồi. Với những người mà con quen nhưng không thân và ít khi gặp họ thì các con chỉ nên chào hỏi, cười và bắt tay khi gặp họ.
- + Nếu như những người này cố tình nhìn hoặc chạm vào vùng đồ bơi của các con thì các con phải làm gì?
- Ngón áp út: Ngón áp út là ngón gồm những ai?
- + Đối với những người khách của gia đình mà các con mới gặp lần đầu thì các con phải như thế nào?
- Với những người này thì các con chào hỏi thôi và đi vào phòng chơi để bố mẹ tiếp khách các con nhớ chưa nào.
- + Nếu như những người này mà có những hành vi mà các con không thích thì con sẽ làm gì?
- Ngón út: Ngón út là ngón gồm những ai?
- + Đối những người hoàn toàn xa lạ thì các con phải giao tiếp như thế nào?
- + Nếu như những người này cố tình nhìn hoặc chạm vào vùng đồ bơi của các con thì các con phải làm gì?
- + Đúng rồi, đối với những người hoàn toàn xa lạ thì các con tuyệt đối không nên nói chuyện, không cho họ đến quá gần mình, không nhận quà của họ và không cho họ tự ý chụp hình của mình. Nếu họ cố tình đến quá gần và đụng chạm vào vùng đồ bơi của mình thì các con phải bỏ chạy và hét thật to, sau đó phải nói với bố mẹ và những người mà con tin tưởng nhất.
- Khi các con đi khám bệnh: Bác sĩ cũng có thể khám vùng đồ bơi của các con nhưng phải được sự đồng ý của các con và bố mẹ. Bác sĩ phải là những người mặc đồ màu trắng và làm việc ở trong bệnh viện.

### **b. Giáo dục sức khỏe.**

- Ngoài việc bảo vệ vùng riêng tư, bảo vệ bản thân theo quy tắc 5 ngón tay thì các con cũng phải biết cách tự bảo vệ cơ thể của mình như:
- + Không chơi những đồ vật sắc nhọn. Không chơi ở những nơi gần ao, hồ, sông, suối.
- + Khi thấy người nóng, sốt, đổ mồ hôi thì các con phải chia sẻ ngay với lớn, những người mà con tin tưởng nhất.
- + Khi bị lạc đường các con cần bình tĩnh và nhờ người lớn, các chú công an giúp đỡ.
- Cô khái quát lại về quy tắc 5 ngón tay.

### **3.3. HĐ 3: Trò chơi củng cố**

- Trò chơi 1: Ai thông minh

+ Cách chơi: Cô sẽ đưa ra câu hỏi và các phương án trả lời: các đội sẽ suy nghĩ trong thời gian 5 giây. Hết thời gian đội nào lắc xắc xô trước đội đó sẽ được quyền trả lời câu hỏi.

+ Luật chơi: Nếu đội nào trả lời sai, quyền trả lời sẽ thuộc về đội khác và đội nào trả lời được nhiều câu hỏi đội đó sẽ chiến thắng.

Câu 1: Khi người lạ cho kẹo con sẽ làm gì?

Câu 2: Con có được tự ý đi chơi 1 mình không?

Câu 3: Nếu như có người chạm vào vùng đồ bơi mà con không thích thì con sẽ làm gì?

- Trò chơi 2: Thi xem đội nào nhanh.

+ Cách chơi: Trong trò chơi này 2 đội sẽ phải hoàn thiện bức tranh về quy tắc 5 ngón tay để giúp các bạn nhỏ trên khắp mọi nơi đều biết đến quy tắc này để các bạn biết cách tự bảo vệ bản thân.

+ Luật chơi: Chơi theo luật tiếp sức, mỗi lượt lên chỉ được lấy 1 hình. Đoạn đường lên phải bật qua 1 vật cản. Thời gian cho trò chơi này là 1 bài hát, kết thúc bài hát đội nào gắn được đúng và nhanh nhất thì đội đó là đội dành chiến thắng.

- Trẻ chơi: Cô quan sát động viên trẻ.

- Cô nhận xét tuyên dương trẻ.

**NGƯỜI XÂY DỰNG KẾ HOẠCH**

**Lương Thị Oanh**