

TÍCH HỢP NỘI DUNG GIÁO DỤC KỸ NĂNG SỐNG CHO HỌC SINH TIỂU HỌC THÔNG QUA HOẠT ĐỘNG GIÁO DỤC NGOÀI GIỜ LÊN LỚP

ThS. Nguyễn Văn Thường

Khoa Bộ môn chung, Trường CĐSP Đà Lạt

1. Đặt vấn đề

Giáo dục kỹ năng sống (KNS) là một nội dung quan trọng cần được thực hiện một cách có hệ thống trong các nhà trường. Giáo dục KNS giúp học sinh rèn luyện hành vi có trách nhiệm đối với bản thân và cộng đồng, đối phó với những khó khăn của cuộc sống, phòng ngừa những hành vi có hại cho bản thân của các em. Giáo dục KNS giúp tăng cường khả năng thích ứng, giúp các em học sinh hòa nhập tốt trong môi trường sống hiện đại ngày nay.

Hoạt động giáo dục ngoài giờ lên lớp (HĐGDNGLL) có vai trò và vị trí đặc biệt đối với việc rèn luyện kỹ năng sống cho học sinh. Do đặc thù của hoạt động này nên trong quá trình thực hiện có thể vận dụng một cách linh hoạt các nội dung và hình thức phù hợp với đối tượng học sinh, với điều kiện hoàn cảnh của nhà trường. Có như vậy việc rèn luyện kỹ năng sống cho học sinh từ HĐGDNGLL mới mang lại hiệu quả giáo dục thiết thực.

Có thể thấy rằng, hiện nay văn hoá giao tiếp học đường đang xuống cấp nghiêm trọng. Tuy nhiên vấn đề này tại các trường học lại chưa được quan tâm đúng mức. Nhà trường quá tập trung vào giảng dạy kiến thức mà không chú trọng việc giáo dục nhân cách. Tình trạng thanh thiếu niên, đặc biệt là học sinh vi phạm đạo đức học đường ngày càng gia tăng và đã đến mức báo động với các trường ở thành phố lớn, các trung tâm phát triển kinh tế. Có rất nhiều nguyên nhân dẫn đến tình trạng này, trong đó có nguyên nhân là do các em chưa được trang bị các kỹ năng sống cần thiết.

Việc giáo dục các chuẩn mực xã hội không thể chỉ xuất phát từ yêu cầu nhà giáo mà phải xuất phát từ quyền lợi và nhu cầu phát triển của học sinh. Giáo dục KNS giúp học sinh có những kỹ năng thiết thực để sống an toàn, lành mạnh, có hiệu quả, do đó học sinh hứng thú học tập và lĩnh hội các chuẩn mực một cách chủ động, tự giác.

Rèn luyện KNS thông qua HĐGDNGLL ở trường tiểu học nhằm giúp học sinh hiểu được sự cần thiết của các kỹ năng giúp cho bản thân có thể sống tự tin, lành mạnh, phòng tránh được các nguy cơ gây ảnh hưởng xấu đến sự phát triển thể chất và tinh thần. Kỹ năng sống cần được thực hiện đúng với chương trình, học sinh cần được trải nghiệm nhiều hơn trong các tình huống thực tế.

Cung cấp cho học sinh các kỹ năng làm chủ bản thân, biết xử trí linh hoạt trong các tình huống giao tiếp hằng ngày; có kỹ năng tự bảo vệ mình; rèn luyện lối sống có trách nhiệm với bản thân, bè bạn, gia đình và cộng đồng. Có nhu cầu rèn luyện KNS trong cuộc sống hằng ngày; ưa thích lối sống lành mạnh, có thái độ phê phán đối với những biểu hiện thiếu lành mạnh; tích cực, tự tin tham gia các hoạt động, có quyết định đúng đắn trong cuộc sống.

Mục tiêu giáo dục là đào tạo con người Việt Nam phát triển toàn diện về các mặt

đạo đức, trí tuệ, thể chất, thẩm mỹ và lao động, trung thành với lý tưởng độc lập dân tộc và chủ nghĩa xã hội; hình thành và bồi dưỡng nhân cách, phẩm chất và năng lực của công dân, đáp ứng yêu cầu của sự nghiệp xây dựng và bảo vệ Tổ quốc”.

Sinh viên hệ đào tạo giáo viên học tại các trường CĐSP chưa được trang bị nhiều kiến thức về vấn đề tích hợp giáo dục kỹ năng sống trong các môn học, đặc biệt trong hoạt động giáo dục ngoài giờ lên lớp, các em rất cần được tiếp cận với vấn đề này, đó là hành trang giúp sinh viên giáo dục học sinh thế hệ trẻ sau này. Trong bài viết tôi cũng đề cập một số kinh nghiệm giúp sinh viên có cái nhìn tổng quát nhất về giáo dục kỹ năng sống và tích hợp kỹ năng sống thông qua hoạt động giáo dục ngoài giờ lên lớp.

2. Giải quyết vấn đề

2.1. Kỹ năng

Ở góc độ Tâm lý học, có nhiều cách diễn tả khái niệm kỹ năng khác nhau. Tuy nhiên, có thể quy về hai quan niệm chính như sau:

Thứ nhất, kỹ năng được coi là phương thức thực hiện hành động, phù hợp với mục đích và điều kiện của hành động mà con người đã nắm vững. Người có kỹ năng hoạt động nào đó là người nắm vững các tri thức về hoạt động đó và thực hiện hành động theo đúng yêu cầu của nó mà không tính đến kết quả của hành động.

Thứ hai, kỹ năng không đơn thuần là mặt kỹ thuật của hành động mà còn là sự biểu hiện năng lực của con người, đồng thời có tính đến kết quả của hành động

Dù theo quan niệm nào thì mọi kỹ năng đều phải dựa trên cơ sở là tri thức. Muốn hành động hay thao tác được trước hết phải có kiến thức về nó, cụ thể:

+ Nói tới kỹ năng của con người là nói tới hành động có mục đích, tức là khi hành động con người luôn hình dung tới kết quả cần phải đạt được.

+ Để có kỹ năng con người cũng phải biết cách thức hành động trong những điều kiện cụ thể và hành động theo quy trình với sự luyện tập nhất định.

+ Kỹ năng liên quan mật thiết đến năng lực của con người. Nó là biểu hiện cụ thể của năng lực

Với cách nhìn nhận như trên, có thể đi đến một cách hiểu chung, khái quát về kỹ năng như sau:

Kỹ năng là khả năng thực hiện có kết quả một hành động nào đó bằng cách vận dụng những tri thức, kinh nghiệm đã có để thực hiện hành động phù hợp với những điều kiện nhất định. Kỹ năng không chỉ đơn thuần là mặt kỹ thuật của hành động mà còn là biểu hiện về năng lực của chủ thể hành động.

2.2. Quan niệm về kỹ năng sống

Thuật ngữ "Kỹ năng sống" được Winthrop Adkins sử dụng lần đầu tiên trong một chương trình đào tạo nghề thực hiện trong những năm 1960 Với tên gọi "The Adins Lì fa Skills Programme: Employability Skills Series" tạm dịch: Chương trình kỹ năng Adins Lì fa: Kỹ năng sử dụng những năng lực bản thân.

Hiện nay có nhiều quan niệm khác nhau về KNS và mỗi quan niệm lại được diễn đạt theo những cách khác nhau:

- Quan niệm của Tổ chức văn hóa, khoa học và giáo dục của Liên hợp quốc (UNESCO): KNS là năng lực cá nhân để thực hiện đầy đủ các chức năng và tham gia vào cuộc sống hàng ngày, gắn với 4 trụ cột của giáo dục, đó là: Học để biết, học để tự khẳng định, học để cùng chung sống với người khác, học để làm

- Quan niệm của Tổ chức y tế thế giới (WHO): Từ góc độ sức khỏe, WHO xem KNS là những kĩ năng thiết thực mà con người cần để có cuộc sống an toàn và khỏe mạnh, KNS là những năng lực mang tính tâm lí xã hội và kỹ năng về giao tiếp để tương tác hiệu quả với người khác và giải quyết có hiệu quả những vấn đề, những tình huống của cuộc sống hàng ngày

- Quan niệm của Quỹ nhi đồng Liên hợp quốc (UNICEF)

Theo Quỹ nhi đồng Liên hợp quốc (UNICEF), KNS là cách tiếp cận giúp thay đổi hoặc hình thành hành vi mới. Cách tiếp cận này lưu ý đến sự cân bằng về tiếp thu kiến thức, hình thành thái độ và kỹ năng

Cách phân loại theo tiếp cận 4 trụ cột - triết lí của giáo dục thế kỉ XXI:

Học để biết (learning to know) gồm các kỹ năng tư duy như: Tư duy phê phán, tư duy sáng tạo, ra quyết định, giải quyết vấn đề, nhận thức được hậu quả...

Học để khẳng định bản thân (learning to be) gồm các kỹ năng cá nhân như: Ứng phó với căng thẳng, kiểm soát cảm xúc, tự nhận thức, tự tin...

Học để chung sống với người khác (learning to live together) gồm các kỹ năng xã hội như: Giao tiếp, thương lượng, tự khẳng định, hợp tác, làm việc nhóm, thể hiện sự cảm thông ...

Học để làm việc (learning to do) gồm các kỹ năng thực hiện công việc và các nhiệm vụ như: Kỹ năng đặt mục tiêu, đảm nhận trách nhiệm...

Kĩ năng sống là năng lực tâm lí- xã hội của mỗi cá nhân ,giúp con người có khả năng làm chủ bản thân,khả năng ứng xử phù hợp với những người khác và với xã hội ,khả năng ứng phó tích cực trước các tình huống của cuộc sống[1]

2.3. Một số kinh nghiệm soạn giáo án giáo dục kỹ năng sống cho học sinh tiểu học

2.3.1. Yêu cầu khi thiết kế giáo án KNS

- Giảm nhẹ lý thuyết, tăng mạnh tính thực hành và mỗi em ít nhất được tham gia thực hành 1 lần trong mỗi hoạt động. (Chú ý không đi vào khái niệm, ý nghĩa của KN mà tập trung vào các biểu hiện, thao tác của KN)

- Khi tổ chức thực hành GV cần phổ biến quy trình hoặc luật chơi, sau đó GV phải làm mẫu.

- Trước khi tổ chức thực hành tập thể, cần tổ chức thực hành trên nhóm nhỏ. Sau mỗi nhóm thực hành, tổ chức nhận xét, rút kinh nghiệm.

- Có kỹ thuật thiết kế các hoạt động thực hành (tình huống, trò chơi, sử dụng các phương tiện...) để có thể rèn KN tốt nhất và gây được hứng thú cho tất cả HS.

- GV cần có sự thể hiện sự vui nhộn, hấp dẫn, lôi cuốn HS qua điệu bộ, cử chỉ, cách nói năng của mình

Với những yêu cầu về cách thiết kế giáo án KNS như vậy, chúng ta thấy có điểm

gì thuận lợi và có điểm gì khó khăn.

+ Thuận lợi:

Giáo án có nhiều điểm giống với giáo án các môn học

+ Khó khăn:

Tài liệu tham khảo về KNS rất ít và chủ yếu về lý thuyết. Phần thực hành là trọng tâm thì lại không có tài liệu tham khảo.

Việc thiết kế hoạt động thực hành, luyện tập rèn KNS cho HS hoàn toàn phụ thuộc vào vốn kinh nghiệm và sự sáng tạo của GV. GV sẽ đưa ra tình huống gì, trò chơi gì, tổ chức đóng vai như thế nào... Kỹ thuật tiến hành ra sao là do GV tự nghiên cứu.

2.3.2. Mẫu kế hoạch bài dạy Kỹ năng sống cho học sinh tiểu học

- Tên bài dạy:

GV dạy:

HS lớp, trường...

Ngày dạy:

- Mục tiêu:

- Phương pháp:

- Phương tiện:

- Hình thức tổ chức:

- Tiến trình thực hiện:

Nội dung hoạt động (thời gian)	Hoạt động của giáo viên và học sinh

2.4. Vấn đề tích hợp rèn luyện giáo dục kỹ năng sống cho học sinh thông qua hoạt động giáo dục ngoài giờ lên lớp

HDGDNGLL là hoạt động giáo dục quan trọng ở nhà trường tiểu học. Hoạt động này có ý nghĩa hỗ trợ cho giáo dục nội khoá, góp phần phát triển và hoàn thiện nhân cách, bồi dưỡng năng khiếu và tài năng sáng tạo của học sinh. Nội dung của hoạt động này rất phong phú và đa dạng thể hiện qua các hoạt động xã hội, văn nghệ, thể dục thể thao, tham quan, lao động, tìm hiểu khoa học,... nhờ đó các kiến thức tiếp thu được ở trên lớp có cơ hội được bổ sung, áp dụng, mở rộng thêm trên thực tế, đồng thời có tác dụng nâng cao hứng thú học tập nội khoá.

Từ những đặc điểm trên, chúng ta nhận thấy HDGDNGLL có những đặc thù gần giống với đặc thù của việc giáo dục kỹ năng sống cho học sinh. Chính vì vậy mà hiện nay hoạt động này được tích hợp giáo dục kỹ năng sống nhiều nhất trong các môn học và cũng là hoạt động dễ thực hiện việc giáo dục kỹ năng sống nhất.

Việc giáo dục, rèn luyện KNS là một phạm trù rộng, tất cả các bộ môn, các tổ chức đoàn thể: Đoàn, Đội...tất cả giáo viên và học sinh đều phải bắt tay vào thực hiện. HDGDNGLL là hoạt động có nhiều khả năng để thực hiện nội dung này nhất.

Trong những năm gần đây, việc giáo dục học sinh trong nhà trường đã không bó hẹp ở việc giảng dạy, cung cấp tri thức văn hóa mà yêu cầu cần phải cung cấp cho các em những kiến thức cần thiết về kỹ năng trong cuộc sống hàng ngày. Đặc biệt từ năm học 2011- 2012, Bộ Giáo dục - Đào tạo đã đưa nội dung giáo dục KNS vào các môn học và đã tập huấn cho đội ngũ cán bộ cốt cán, cho đến giáo viên trực tiếp đứng lớp ở các cấp học và triển khai nội dung này một cách có hệ thống. Và đây cũng là xu thế giáo dục chung của nhiều nước trên thế giới.

Tuy nhiên khi triển khai và tổ chức thực hiện giáo dục KNS nói chung và đối với HĐGDNGLL nói riêng nhiều lúc giáo viên còn lúng túng khi lựa chọn các kỹ năng phù hợp với người học, việc điều tiết giữa nội dung bài học với các KNS cần giáo dục trong áp lực thời gian 45 phút của một tiết học...

Dạy học gắn với việc giáo dục KNS cho học sinh là một việc làm cần thiết và có vai trò hết sức quan trọng. Trang bị cho các học sinh những kỹ năng khi nghiên cứu bài mới, vận dụng bài học vào thực tiễn, làm cho cuộc sống ngày càng tốt đẹp hơn, chủ động trong học tập để kết quả ngày càng cao hơn. Hơn nữa việc rèn luyện KNS cho học sinh được xác định là một nội dung cơ bản trong phong trào thi đua “Xây dựng trường học thân thiện, học sinh tích cực” trong nhà trường TIỂU HỌC. KNS thúc đẩy sự phát triển của cá nhân và xã hội. Giáo dục KNS là yêu cầu cấp thiết đối với thế hệ trẻ và là xu thế chung của các nước trên thế giới. Vì vậy, việc định hướng giáo dục KNS cho học sinh trong nhà trường nói chung và qua môn học nói riêng cần được xác định rõ về mục tiêu, nguyên tắc, nội dung và phương pháp, kỹ thuật giáo dục KNS.

Để làm tốt việc rèn luyện KNS cho học sinh thông qua HĐGDNGLL, giáo viên cần không ngừng tự học, mạnh dạn đổi mới phương pháp dạy học, sử dụng các kỹ thuật dạy học trong điều kiện cụ thể để nâng cao hiệu quả giảng dạy, giáo dục KNS cho học sinh. Giáo viên cần tìm hiểu, xác định đối tượng học sinh của mình để có những phương pháp giáo dục KNS phù hợp và hình thành những KNS cần thiết cho các em. Ngoài ra, giáo viên nên định hướng cho các em một số hoạt động chuẩn bị cho bài học mới sau khi học xong bài để cho các em chủ động tự tin khi học bài mới và tham gia các hoạt động.

Việc rèn luyện và giáo dục KNS cho học sinh là một vấn đề rất phức tạp, có quy mô lớn. Nó được thể hiện thông qua các tình huống cụ thể trong thực tế cuộc sống, gắn liền với 4 trụ cột của giáo dục:

+ Học để biết gồm các kỹ năng tư duy như tư duy phê phán, tư duy sáng tạo, ra quyết định, giải quyết vấn đề, nhận thức được hiệu quả...

+ Học làm người: gồm các kỹ năng cá nhân như ứng phó với căng thẳng, kiểm soát cảm xúc, tự nhận thức, tự tin...

Học để sống với người khác gồm các kỹ năng xã hội như giao tiếp, thương lượng, tự khẳng định, hợp tác, làm việc theo nhóm, thể hiện sự cảm thông...

Học để làm: gồm các kỹ năng thực hiện công việc và nhiệm vụ như kỹ năng đặt ra mục tiêu, đảm nhận trách nhiệm...

2.5. Một số kỹ năng cần tích hợp rèn luyện cho học sinh tiểu học thông qua hoạt động giáo dục ngoài giờ lên lớp

TT	Kỹ năng	Thông điệp của bài học
1	Kỹ năng tự nhận thức bản thân.	Mỗi người cần biết tự nhận thức đúng về bản thân để có thể ra quyết định đúng và xác định mục tiêu phù hợp cho mình. Đồng thời, để có thể sống vì phát triển hài hòa trong mối quan hệ với mọi người xung quanh trong cộng đồng, xã hội, chúng ta cần phải hiểu những cái riêng của chúng ta, cũng như tôn trọng cái riêng của người khác, để những cái riêng đó phục vụ tốt nhất cho cái chung của cộng đồng và xã hội.
2	Xác định nhu cầu và quyền lợi của bản thân	Nhu cầu và quyền lợi của bản thân cần được xác định rõ để các em có thể hiểu các em cần gì và cần phải làm gì để bảo vệ quyền lợi của bản thân. Cùng cố gắng để đạt được nhu cầu và quyền lợi đó. Nhu cầu về sự tự trọng, xã hội, an toàn và nhu cầu về sinh học.
3	Nhiệm vụ và trách nhiệm của bản thân	Xác định được nhiệm vụ và trách nhiệm bản thân giúp các em luôn tự ý thức được các việc mình đang làm, cùng cố gắng phát huy và nỗ lực hết mình để có được thành công và hạnh phúc
4	Kỹ năng ra quyết định và giải quyết vấn đề	<p>Với mỗi quyết định và giải quyết vấn đề không đúng đắn chúng ta có thể mang lại thành công cho cá nhân niềm vui cho cha mẹ, anh em bạn bè và những người thân khác. Tuy nhiên đôi khi chúng ta cũng có những quyết định và giải quyết vấn đề không phù hợp. Hậu quả của những quyết định, giải quyết vấn đề không phù hợp là những hành vi sai trái hoặc nghiêm trọng hơn là những hành vi phạm pháp dẫn đến sự thất bại của bản thân, gây phiền muộn cho người xung quanh</p> <p>Ra quyết định là khâu quan trọng của giải quyết vấn đề. cần linh hoạt để các em có cái nhìn sâu sắc hơn về vấn đề này.</p>
5	Kỹ năng xác định mục tiêu	<p>Con người khác với các loài động vật khác là họ sống có ý thức và có mục đích, nói cách khác là con người biết mình sống để làm gì? và dự kiến cuộc đời mình sẽ đi đến đâu, vì vậy trong từng giai đoạn của cuộc đời con người bình thường đều xác định cho mình những mục tiêu cần đạt được dựa trên những nhu cầu và mong muốn của bản thân.</p> <p>Người sống có mục tiêu mới biết quý trọng cuộc sống của mình và đặt vào cuộc sống nhiều ý nghĩa hơn</p> <p>Người biết đặt mục tiêu phù hợp với khả năng và điều kiện của mình và quyết tâm thực hiện chúng thì sẽ phát huy được hết những điểm mạnh của bản thân.</p>

6	Quản lý căng thẳng	<p>Dùng thói quen ôm đồm. Khi quá bận rộn, nếu có được những điều thú vị, căng thẳng sẽ giảm xuống đáng kể. Nếu lịch trình đầy ắp các hoạt động gây căng thẳng hoặc không cần thiết, chúng ta rất dễ rơi vào tình trạng kiệt quệ. Học cách nói không với các yêu cầu về thời gian hoặc loại bỏ những công việc không cần thiết để tìm kiếm sự bình an trong nội tâm.</p> <p>Phát triển thái độ lạc quan. Thói quen suy nghĩ vấn đề theo chiều hướng tiêu cực hoặc tích cực góp phần vào việc làm giảm hay tăng mức độ căng thẳng. Nếu nghĩ mọi việc theo hướng lạc quan, bạn có thể giúp mình tránh được những rắc rối không cần thiết</p>
7	Giải quyết các tình huống mâu thuẫn	<p>Khi xung đột quá lớn thường dẫn đến các hành vi tiêu cực như đánh nhau, làm nhau đau, mối quan hệ không còn như xưa. Chính vì vậy cần kiểm soát xung đột</p> <p>Trong bất kỳ cuộc xung đột hay cãi vã nào, ai tha thứ trước thì sẽ tìm thấy sự bình yên, thanh thản</p> <p>Hãy tự suy nghĩ về bản thân mình trước khi điều chỉnh người khác</p> <p>Nếu muốn giành lấy phần thắng, phần đúng, quyền lợi về phía mình thì chúng ta rất dễ xảy ra xung đột và gây tổn thương đến người khác và chính bản thân mình</p>
8	Khám phá năng lực bản thân	<p>Việc khó nhất để đưa bạn đến thành công trong tương lai chính là bạn phải hiểu bản thân mình ở hiện tại. Bạn cần phải hiểu mình đang sống ở hoàn cảnh nào, thế mạnh bản thân mình là gì, mình nên làm gì để đạt được thành công trong tương lai, đừng sai lầm mà dành toàn bộ thời gian của mình vào những công việc không đem lại hạnh phúc cho bạn. Thay vào đó bạn nên dùng một phần thời gian của mình để khám phá chính bản thân mình, phát huy tối đa điểm mạnh và hạn chế điểm yếu trong con người bạn, có vậy tương lai bạn mới có thể thành công được.</p>
9	Kỹ năng tự vệ khi bị người khác tấn công	<p>Nhận diện các tình huống cần bảo vệ bản thân</p> <p>Xác định những đối tượng có thể tấn công</p> <p>Xử lý các tình huống đó một cách thông minh và khôn khéo</p> <p>Tránh xa những đối tượng “nguy hiểm”</p>
10	Kỹ năng kiên định	<p>Trong cuộc sống có rất nhiều tình huống chứa đựng những rủi ro hoặc cám dỗ, chúng ta cần kiên định với những suy nghĩ, những giá trị, những quyết định mà chúng ta coi là đúng đắn để tự bảo vệ mình, hoặc để thực hiện được những mục tiêu trong cuộc sống của mình.</p> <p>Kiên định không đồng nghĩa với bảo thủ, cứng nhắc, Kiên định là luôn biết dung hòa giữa nhu cầu và quyền của mình với nhu cầu và quyền của người khác.</p>
11	Thấu hiểu và chia sẻ	<p>Tạo dựng được niềm tin với bạn bè quanh mình và có tinh thần chia sẻ cao đối với mọi người</p> <p>Cuộc sống không thể thiếu được sự chia sẻ. Trong sự chia sẻ sự thiện nguyện, thoải mái, vui vẻ cho việc làm của bản thân có được hiệu quả hơn</p> <p>Có sự sẻ chia và thấu hiểu với nhau, cùng nhau vượt qua khó khăn</p> <p>Tinh thần trách nhiệm là điều không thể thiếu trong việc hợp tác và chia sẻ giữa các thành viên. Giúp bản thân hoàn thành công việc chung tốt hơn</p>