



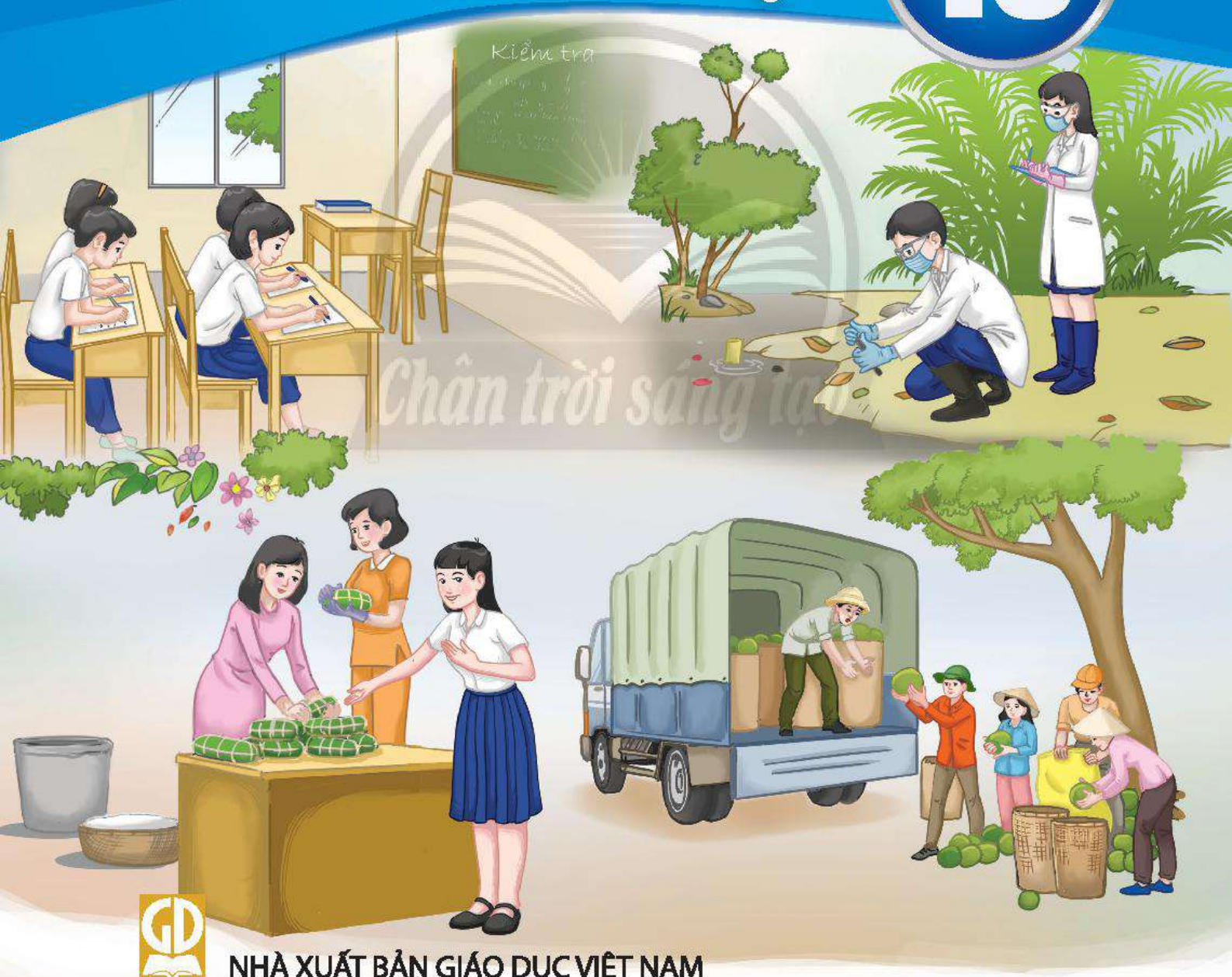
Chân trời sáng tạo

1

ĐINH THỊ KIM THOA – VŨ QUANG TUYẾN (đồng Tổng Chủ biên)  
VŨ PHƯƠNG LIÊN – CAO THỊ CHÂU THỦY (đồng Chủ biên)  
NGUYỄN HỒNG KIÊN – LẠI THỊ YẾN NGỌC – ĐỖ PHÚ TRẦN TÌNH

# HOẠT ĐỘNG TRẢI NGHIỆM, HƯỚNG NGHIỆP

10



NHÀ XUẤT BẢN GIÁO DỤC VIỆT NAM



**ĐINH THỊ KIM THOA – VŨ QUANG TUYẾN (đồng Tổng Chủ biên)**  
**VŨ PHƯƠNG LIÊN – CAO THỊ CHÂU THUY (đồng Chủ biên)**  
**NGUYỄN HỒNG KIÊN – LẠI THỊ YẾN NGỌC – ĐỖ PHÚ TRẦN TÌNH**

# HOẠT ĐỘNG TRẢI NGHIỆM, HƯỚNG NGHIỆP

10



**NHÀ XUẤT BẢN GIÁO DỤC VIỆT NAM**

## GIẢI THÍCH KÍ HIỆU



KHÁM PHÁ - KẾT NỐI KINH NGHIỆM



RÈN LUYỆN KĨ NĂNG



VẬN DỤNG - MỞ RỘNG



TỰ ĐÁNH GIÁ

*Chân trời sáng tạo*

---

*Hãy bảo quản, giữ gìn sách giáo khoa để dành tặng  
các em học sinh lớp sau!*

---

## LỜI NÓI ĐẦU

*Chào mừng các em học sinh đến với Hoạt động trải nghiệm, hướng nghiệp 10!*

Hoạt động trải nghiệm, hướng nghiệp là hoạt động giáo dục bắt buộc trong nhà trường. Sách giáo khoa *Hoạt động trải nghiệm, hướng nghiệp 10* được biên soạn theo *Chương trình Giáo dục phổ thông Hoạt động trải nghiệm và Hoạt động trải nghiệm, hướng nghiệp 2018* với 105 tiết, gồm 9 chủ đề. Các chủ đề trong sách được biên soạn dựa trên 4 mạch nội dung: *Hoạt động hướng vào bản thân, Hoạt động hướng đến xã hội, Hoạt động hướng đến tự nhiên* và *Hoạt động hướng nghiệp*. Mỗi chủ đề được thực hiện từ 3 – 4 tuần với ba loại hình cơ bản: *Hoạt động giáo dục theo chủ đề, Sinh hoạt dưới cờ* và *Sinh hoạt lớp*.

Bên cạnh trải nghiệm theo các nội dung cơ bản của chủ đề trong sách giáo khoa, các em còn được trải nghiệm định kỳ như tham quan dã ngoại, trải nghiệm nghề nghiệp,... Đồng thời, các em có thể tự chọn loại hình câu lạc bộ phù hợp với sở thích của mình để tham gia.

Để tham gia hiệu quả các hoạt động trải nghiệm, các em nên thực hiện trước các nhiệm vụ ở nhà. Đến trường các em sẽ được thầy cô hướng dẫn, tổ chức các loại hình hoạt động trải nghiệm khác nhau để thể hiện các kết quả rèn luyện cũng như hình thành và củng cố một số kỹ năng cơ bản liên quan đến chủ đề. Cuối mỗi chủ đề các em có thể tự đánh giá các mức độ đạt được các mục tiêu của chủ đề.

Trải nghiệm 9 chủ đề của sách *Hoạt động trải nghiệm, hướng nghiệp 10* sẽ giúp các em từng bước hình thành năng lực thích ứng với cuộc sống, năng lực thiết kế và tổ chức hoạt động, năng lực định hướng nghề nghiệp,... đồng thời phát triển các phẩm chất và năng lực chủ yếu như: yêu nước, nhân ái, chăm chỉ, trung thực, trách nhiệm; tự chủ và tự học; giao tiếp và hợp tác, giải quyết vấn đề và sáng tạo.

*Chúc các em trải nghiệm thú vị và bổ ích!*

**CÁC TÁC GIẢ**



|   |    |
|---|----|
| Giải thích kí hiệu  | 2  |
| Lời nói đầu   | 3  |
| CHỦ ĐỀ 1 Thể hiện phẩm chất tốt đẹp của người học sinh                      | 5  |
| CHỦ ĐỀ 2 Xây dựng quan điểm sống  | 15 |
| CHỦ ĐỀ 3 Giữ gìn truyền thống nhà trường                                    | 25 |
| CHỦ ĐỀ 4 Thực hiện trách nhiệm với gia đình                                 | 35 |
| CHỦ ĐỀ 5 Xây dựng kế hoạch tài chính cá nhân và phát triển kinh tế gia đình | 44 |
| CHỦ ĐỀ 6 Vận động cộng đồng cùng tham gia các hoạt động xã hội              | 50 |
| CHỦ ĐỀ 7 Tìm hiểu hoạt động sản xuất, kinh doanh, dịch vụ của địa phương    | 59 |
| CHỦ ĐỀ 8 Định hướng học tập và rèn luyện theo nhóm nghề lựa chọn            | 68 |
| CHỦ ĐỀ 9 Bảo vệ cảnh quan thiên nhiên và môi trường tự nhiên                | 79 |
| Giải thích thuật ngữ  | 86 |
| Danh sách ảnh sử dụng   | 87 |

CHỦ ĐỀ

# 1

## Thể hiện phẩm chất tốt đẹp của người học sinh

### MỤC TIÊU

- Có trách nhiệm trong thực hiện nhiệm vụ được giao và hỗ trợ những người cùng tham gia.
- Thể hiện được sự tự chủ, lòng tự trọng, ý chí vượt khó để đạt được mục tiêu đề ra.
- Thể hiện được sự chủ động của bản thân trong môi trường học tập, giao tiếp khác nhau.
- Thực hiện tốt nội quy, quy định của trường, lớp, cộng đồng.





## » ĐỊNH HƯỚNG NỘI DUNG

Có rất nhiều phẩm chất mà mỗi người học sinh cần phải rèn luyện để có cuộc sống tốt đẹp hơn. Trong chủ đề này, các em sẽ được hướng dẫn cách rèn luyện các phẩm chất liên quan đến tính trách nhiệm, tính tự chủ, chủ động trong công việc và lòng tự trọng. Sự tuân thủ các nội quy, quy định của trường, lớp, cộng đồng sẽ giúp các em rèn luyện các phẩm chất đó tốt hơn.

### » Các nhiệm vụ cần thực hiện trong Hoạt động giáo dục theo chủ đề:

- Tìm hiểu một số phẩm chất cần có ở người học sinh.
- Tìm hiểu về những biểu hiện của người có trách nhiệm.
- Thể hiện trách nhiệm trong thực hiện nhiệm vụ được giao và hỗ trợ những người cùng tham gia.
- Thể hiện sự tự chủ để đạt được các mục tiêu đặt ra.
- Thể hiện lòng tự trọng trong quá trình thực hiện mục tiêu.
- Thể hiện ý chí vượt khó để đạt được mục tiêu.
- Thể hiện sự chủ động của bản thân trong môi trường học tập, giao tiếp khác nhau.
- Tham gia diễn đàn về cách thực hiện nội quy, quy định của trường, lớp, cộng đồng.
- Tự đánh giá kết quả hoạt động.

### » Gợi ý một số nội dung rèn luyện trong các giờ Sinh hoạt dưới cờ và Sinh hoạt lớp:

- Tuân thủ tốt nội quy, quy định của trường khi tham gia các hoạt động tập thể do nhà trường tổ chức.
- Chủ động giao tiếp với các bạn, anh chị khi tham gia hoạt động chung.
- Tham gia xây dựng và cam kết thực hiện tốt nội quy lớp học.
- Rèn luyện trách nhiệm với công việc chung của trường, lớp và trong học tập của bản thân.
- ...



## Tìm hiểu một số phẩm chất cần có ở người học sinh

1. Chỉ ra những phẩm chất cần có của người học sinh trong các biểu hiện dưới đây:

|  |  |   |
|--|--|---|
| Làm chủ được bản thân, biết từ chối những gì không thuộc về mình và trái với quy định. | Lòng tự trọng cao, tự giác làm việc, không để ai nhắc nhở.     | Luôn hoàn thành nhiệm vụ được giao.             |
| Luôn giữ đúng lời hứa, đúng hẹn, đúng giờ.   | Thực hiện đúng nội quy, quy định của trường, lớp và cộng đồng. | Ý chí quyết tâm, không nản chí để đạt mục tiêu. |
| Chủ động trong giao tiếp ở các môi trường khác nhau.                                   | Sẵn sàng hỗ trợ người khác trong quá trình cùng hoạt động.     | Chủ động trong thực hiện các nhiệm vụ học tập.  |

2. Chia sẻ với thầy cô và các bạn những biểu hiện của các phẩm chất mà em có.

### Ví dụ

Mình có trách nhiệm trong học tập và với người thân.



Mình đã thực sự chủ động trong giao tiếp với mọi người chưa?

Chân trời sáng tạo



## Tìm hiểu về những biểu hiện của người có trách nhiệm

1. Chỉ ra những biểu hiện của người có trách nhiệm và giải thích vì sao.

### Gợi ý

Hoàn thành nhiệm vụ học tập được giao.

Dám chịu trách nhiệm về những việc làm của mình.

Chịu trách nhiệm về những thông tin mà mình nói ra.

Đổ lỗi cho người khác khi nhiệm vụ nhóm không hoàn thành.

Chối bỏ lời mình đã nói.

...



## 2. Xác định những vấn đề người có trách nhiệm thường đặt ra khi giải quyết nhiệm vụ.

### Gợi ý

**Những vấn đề thường đặt ra:**

- Tôi có đủ năng lực để thực hiện không?
- Tôi có đủ thời gian để làm không?
- Tôi có đủ phương tiện để hoàn thành không?
- Tôi có đủ khả năng để giữ lời hứa không?
- Tôi sẵn sàng chịu trách nhiệm thế nào trước những gì mình nói và mình làm?
- ...

**Hướng giải quyết:**

| Nếu..  | Thì...   |
|--|--|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• thiếu/ chưa đủ năng lực thực hiện công việc</li> </ul>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• cần học hỏi thêm kinh nghiệm từ các nguồn thông tin khác nhau để nâng cao năng lực thực hiện nhiệm vụ.</li> <li>• cần tìm người có thể giúp đỡ, hợp tác với mình.</li> <li>• ...</li> </ul>                 |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• thiếu/ chưa đủ thời gian thực hiện</li> </ul>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>• cần điều chỉnh kế hoạch hoạt động khác để có thêm thời gian.</li> <li>• cần tập trung cao độ hơn.</li> <li>• cần để một khoảng thời gian trống, dự phòng cho những việc đột xuất.</li> <li>• ...</li> </ul> |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• thiếu/ chưa đủ các phương tiện, điều kiện hỗ trợ khác</li> </ul>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• cần tìm nguồn để có thể mượn phương tiện cần thiết.</li> <li>• cần huy động sự hỗ trợ từ người thân, thầy cô, bạn bè,...</li> <li>• ...</li> </ul>  |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• thành viên khác trong nhóm không đủ năng lực, thời gian, phương tiện để hoàn thành nhiệm vụ chung của nhóm</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• mình sẵn sàng hỗ trợ người khác ở công việc mình có thể mạnh.</li> <li>• ...</li> </ul>   |

## 3. Chỉ ra những nguyên nhân khiến cho cá nhân thiếu trách nhiệm trong công việc và đề xuất cách khắc phục.



### Thể hiện trách nhiệm trong thực hiện nhiệm vụ được giao và hỗ trợ những người cùng tham gia

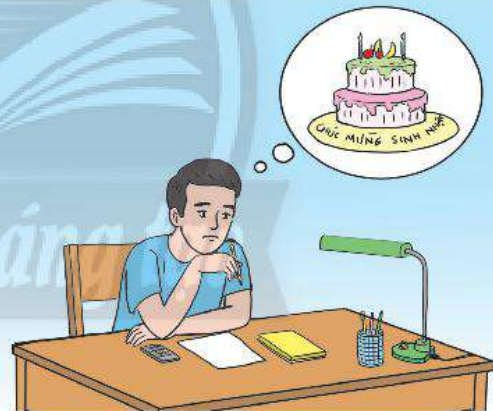
1. Xác định cách thể hiện trách nhiệm trong các trường hợp dưới đây và nêu ví dụ cụ thể.

| Điều kiện / Trường hợp | Năng lực |          | Thời gian |          | Phương tiện |          |
|------------------------|----------|----------|-----------|----------|-------------|----------|
|                        | Đủ       | Không đủ | Đủ        | Không đủ | Đủ          | Không đủ |
| Trường hợp 1           |          | X        | x         |          | x           |          |
| Trường hợp 2           | x        |          |           | X        | x           |          |
| Trường hợp 3           | x        |          | x         |          |             | X        |

2. Đóng vai các nhân vật thể hiện trách nhiệm hoàn thành nhiệm vụ của nhóm trong các tình huống dưới đây:

#### TÌNH HUỐNG 1

Hai ngày nữa nhóm em phải trình bày sản phẩm trước lớp. Bạn H. nói rằng khó có thể hoàn thành nhiệm vụ được giao vì tối mai là sinh nhật bạn ấy. H. mong nhận được sự hỗ trợ từ nhóm.



#### TÌNH HUỐNG 2



Trong nhóm, em và bạn T. được giao nhiệm vụ sưu tập tranh ảnh về nghề yêu thích. Nhà T. không có máy tính, nhà em có máy tính nhưng không có máy in.