

Thiết kế hoạt động giáo dục kỹ năng tự nhận thức cho trẻ 4 - 5 tuổi

Trần Thị Kim Yến*, Nguyễn Thanh Nhân**

*Trường Mầm non Phường 15B, Quận 10, Thành phố Hồ Chí Minh

**Trường Mầm non Sơn Ca, Quận 5, Thành phố Hồ Chí Minh

Received: 19/10/2024; Accepted: 25/10/2024; Published: 28/11/2024

Abstract: Educating self-awareness skills for children aged 4-5 holds significant importance, laying a foundation for their development and self-improvement. To design educational activities aimed at fostering self-awareness skills for children in this age group, the article proposes principles and a design process. Additionally, it introduces several self-awareness skill-building activities for children aged 4-5 that are crafted following the proposed process.

Keywords: Education, self-awareness skills, principles, process, children aged 4-5.

1. Đặt vấn đề

Kỹ năng tự nhận thức là sự nhận biết nhân cách của bản thân, các điểm mạnh, điểm yếu, những giá trị của mình, những điều mình ưa thích, những điều mình không thích, biết những động cơ thúc đẩy bản thân hành động và khiến bản thân vui vẻ, muốn phát triển bản thân; đồng thời, có niềm tin và hiểu rõ những thành quả mà mình mong đợi. [5]

Giai đoạn 4 đến 5 tuổi là thời kỳ bắt đầu hình thành nhận thức rõ ràng về bản thân, bao gồm việc nhận biết tên, tuổi, giới tính, sở thích và các thông tin cá nhân cơ bản. Đây cũng là giai đoạn trẻ phát triển mạnh mẽ về mặt cảm xúc, xã hội và nhận thức, tạo tiền đề cho các kỹ năng sống cần thiết trong tương lai. Nếu kỹ năng tự nhận thức không được xây dựng đúng cách, trẻ có thể gặp khó khăn trong việc hiểu và quản lý cảm xúc, hành vi, cũng như tương tác với môi trường xung quanh. [4]

Các nghiên cứu đã cho thấy kỹ năng tự nhận thức là cơ sở quan trọng để trẻ học cách quản lý cảm xúc và kiểm soát hành vi một cách hiệu quả [3], để xây dựng các mối quan hệ lành mạnh [2] và xây dựng thói quen học tập tự chủ và sáng tạo [6]. Sự thiếu hụt kỹ năng này có thể dẫn đến những bất cập trong hành vi, sự thiếu tự tin và khó khăn trong học tập ở các giai đoạn phát triển sau này.

Mặc dù vai trò của kỹ năng tự nhận thức đã được đề cập trong nhiều nghiên cứu giáo dục, nhưng việc thiết kế các hoạt động giáo dục cụ thể để phát triển kỹ năng này cho trẻ mầm non vẫn còn hạn chế. Bài báo này giới thiệu nguyên tắc, quy trình thiết kế hoạt động giáo dục kỹ năng tự nhận thức phù hợp với trẻ 4-5 tuổi. Trên cơ sở đó, bài báo giới thiệu một số hoạt động được thiết kế theo nguyên tắc và quy trình đề xuất.

2. Nội dung nghiên cứu

2.1. Nguyên tắc thiết kế hoạt động giáo dục kỹ năng tự nhận thức cho trẻ 4 - 5 tuổi

Các hoạt động phải đảm bảo mục tiêu giáo dục
Các hoạt động phải đảm bảo tính khoa học
Các hoạt động phải đảm bảo phù hợp với tâm sinh lý lứa tuổi mầm non

Những nguyên tắc này giúp đảm bảo rằng hoạt động giáo dục không chỉ hỗ trợ phát triển kỹ năng tự nhận thức mà còn đáp ứng và tôn trọng nhu cầu, đặc điểm phát triển riêng của trẻ, tạo nền tảng vững chắc cho quá trình học tập và phát triển sau này.

2.2. Quy trình thiết kế hoạt động giáo dục kỹ năng tự nhận thức cho trẻ 4 - 5 tuổi

2.2.1. Giai đoạn xây dựng kế hoạch

Bước 1: Xác định mục tiêu thiết kế hoạt động
Mục tiêu giáo dục kỹ năng tự nhận thức cho trẻ 4-5 tuổi là những năng lực mà trẻ 4-5 tuổi đạt được sau quá trình giáo dục. Việc xác định mục tiêu thiết kế hoạt động giáo dục kỹ năng tự nhận thức cho trẻ 4-5 tuổi có vai trò rất quan trọng, vì nó định hướng toàn bộ quá trình xây dựng và thực hiện các hoạt động giáo dục, đảm bảo các hoạt động không chỉ có nội dung phù hợp mà còn đạt được hiệu quả cao nhất trong việc phát triển kỹ năng tự nhận thức cho trẻ. Xác định mục tiêu rõ ràng giúp đảm bảo mọi hoạt động giáo dục đều thống nhất và tập trung vào phát triển kỹ năng tự nhận thức cho trẻ. Điều này giúp tránh sự lan man hoặc lạc hướng trong quá trình giáo dục, đảm bảo rằng trẻ có thể tiến bộ một cách có hệ thống và liên tục. Khi mục tiêu được xác định rõ, việc đánh giá hiệu quả của các hoạt động giáo dục trở nên dễ dàng hơn. Giáo viên có thể so sánh kết quả đạt được với mục tiêu ban đầu để xác định mức độ tiến bộ của trẻ, đồng thời điều chỉnh hoạt động để phù hợp hơn với từng cá nhân.

Mục tiêu giáo dục kỹ năng tự nhận thức cho trẻ 4-5 tuổi được xác định dựa trên đặc điểm thể chất, tâm lý xã hội của trẻ 4-5 tuổi, đồng thời dựa trên cơ sở mục tiêu chung của giáo dục mầm non [1] và kết quả mong đợi đối với trẻ 4-5 tuổi. Theo đó, mục tiêu của hoạt động giáo dục kỹ năng tự nhận thức cho trẻ 4-5 tuổi được xác định là:

- Trẻ xác định được những đặc điểm cơ bản về bản thân (đặc điểm bên ngoài, sở thích, ước mơ,...)
- Trẻ nhận biết được các cảm xúc cơ bản của bản thân
- Trẻ nhận biết được các mối quan hệ xã hội xung quanh của bản thân
- Trẻ tự tin, tự lực trên cơ sở những hiểu biết về bản thân

Bước 2: Xác định nội dung hoạt động cần thiết kế

Bảng 2.1. Nội dung giáo dục hoạt động giáo dục kỹ năng tự nhận thức cho trẻ 4-5 tuổi

TT	Kỹ năng	Nội dung
1	Nhận biết về đặc điểm về bản thân	- Chỉ ra được những đặc điểm riêng, khác biệt về vẻ bên ngoài của trẻ so với các bạn - Biết các thông tin cá nhân về bản thân (tên, tuổi, địa chỉ nhà,...) - Biết sở thích của bản thân - Biết ước mơ của bản thân - Biết giới tính của bản thân - Biết được hành vi “đúng”, “sai”, “tốt”, “xấu” của bản thân trong giao tiếp, ứng xử
2	Nhận biết về cảm xúc của bản thân	- Nhận biết một số trạng thái cảm xúc của bản thân (vui, buồn, sợ hãi, tức giận, ngạc nhiên) qua nét mặt, cử chỉ, giọng nói, tranh ảnh - Biết vì sao mình vui, buồn, sợ hãi, tức giận, ngạc nhiên - Biểu lộ trạng thái cảm xúc, tình cảm bản thân phù hợp qua cử chỉ, giọng nói; trò chơi; hát, vận động; vẽ, nặn, xếp hình - Biết cách để xoa dịu cảm xúc khó chịu (buồn, tức giận) - Biết cách tạo niềm vui cho bản thân
3	Nhận biết được các mối quan hệ của bản thân	- Kể tên những người trong gia đình, các cô dạy bảo - Kể tên những người bạn hay chơi trong lớp - Biết được những hành động quan tâm, chăm sóc mà bố mẹ, các cô đã làm cho trẻ - Biết được những việc làm mà bạn bè trong lớp đã làm cho trẻ
4	Thể hiện sự tự tin, tự lực	- Tự chọn đồ chơi, trò chơi theo ý thích - Cố gắng hoàn thành công việc được giao (trực nhật, dọn đồ chơi) - Biết phát huy khả năng của mình khi tham gia các hoạt động cùng bạn bè - Tự giác thực hiện những việc thường nhật trong sinh hoạt hàng ngày (ví dụ: học, tập thể dục, ăn, vệ sinh...) - Biết điều khiển hành vi của bản thân trong tham gia hoạt động nhóm cùng các bạn (ví dụ: chờ đến lượt chơi, lắng nghe ý kiến người khác, phối hợp với các bạn, trao đổi, thỏa thuận với bạn...) - Điều khiển các hành vi của bản thân trong việc thực hiện các quy định ở lớp, gia đình và nơi công cộng (ví dụ: biết để đồ dùng, đồ chơi đúng chỗ; trật tự khi ăn, khi ngủ, không làm ồn nơi công cộng, vâng lời ông bà, bố mẹ, anh chị, muốn đi chơi phải xin phép)

Bước 3: Xác định phương pháp thiết kế

Nghiên cứu xác định phương pháp thiết kế như sau:

- Phương pháp chủ yếu là sưu tầm, biên tập lại các hoạt động giáo dục kỹ năng tự nhận thức cho trẻ 4-5 tuổi. Nguồn tài liệu tham khảo là: các sách chuyên môn, các tài liệu trên Internet, luận văn, luận án.

- Tự thiết kế các hoạt động giáo dục kỹ năng tự nhận thức cho trẻ 4-5 tuổi.

2.2.2. Giai đoạn triển khai kế hoạch

Bước 4: Thiết kế bước đầu các hoạt động

Nghiên cứu xác định cấu trúc của một hoạt động giáo dục kỹ năng tự nhận thức cho trẻ 4-5 tuổi như sau: Tên hoạt động; Mục tiêu; Thời gian; Phương tiện; Các bước tiến hành; Gợi ý sử dụng tích hợp trong lĩnh vực; Lưu ý (nếu có):

Bước 5: Rà soát các hoạt động

- Xác định mục tiêu của hoạt động có phù hợp mục tiêu giáo dục kỹ năng tự nhận thức cho trẻ 4-5 tuổi không

- Xác định nội dung của hoạt động có giúp đạt được mục tiêu của hoạt động và có phù hợp với nội dung giáo dục kỹ năng tự nhận thức cho trẻ 4-5 tuổi không

- Các bước thực hiện có đảm bảo tính khoa học và phù hợp với tâm sinh lý trẻ 4-5 tuổi không

- Lĩnh vực được gợi ý tích hợp hoạt động có phù hợp không

Sau khi rà soát từng tiêu chí, các hoạt động sẽ được điều chỉnh cho phù hợp.

2.2.3. Giai đoạn đánh giá thực hiện kế hoạch

Bước 6: Đánh giá các hoạt động được thiết kế

+ Xác định tiêu chuẩn đánh giá các hoạt động: sự phù hợp với các nguyên tắc thiết kế (2.1), mục tiêu, nội dung đã được xác định ở bước 1, 2.

+ Dựa trên các tiêu chí đánh giá đã xác định, tiến hành phân tích xem hoạt động có đáp ứng được mục tiêu hay không.

+ Lấy ý kiến các giáo viên dạy trẻ 4-5 tuổi của nhà trường.

+ Tổng hợp ý kiến nhận xét để đưa ra hướng điều chỉnh, điều chỉnh quá trình thiết kế.

Bước 7: Ra quyết định điều khiển, điều chỉnh

Căn cứ vào kết quả đánh giá để đưa ra quyết định điều khiển, điều chỉnh kết quả cũng như tiến trình thiết kế các hoạt động. Đây là công việc được tiến hành thường xuyên liên tục trong suốt quá trình thiết kế hoạt động.

2.3. Một số hoạt động giáo dục kỹ năng tự nhận thức cho trẻ 4-5 tuổi

Hoạt động 1: “Mình là ai?”

Thời gian: 15 phút

Phương tiện:

- Gương cho mỗi trẻ hoặc nhóm.
- Bộ thẻ hình ảnh (về các đặc điểm như màu tóc, màu mắt, màu da, chiều cao, giới tính, v.v.).

Các bước tiến hành:

- Giới thiệu:

Cho trẻ đứng trước gương, hướng dẫn trẻ nhìn kỹ vào mình và hỏi trẻ các câu hỏi như:

“Con thấy tóc mình màu gì?”

“Mắt của con có màu gì?”

“Con có làn da như thế nào?”

Khuyến khích trẻ mô tả bản thân, chú ý đến các chi tiết mà trẻ tự thấy.

- Quan sát và trao đổi

Cho trẻ ngồi thành vòng tròn và phát từng thẻ hình ảnh mô tả các đặc điểm khác nhau (ví dụ: hình ảnh về tóc dài/ngắn, màu da khác nhau, màu mắt khác nhau, v.v.).

Hỏi trẻ xem mình có những đặc điểm giống hay khác gì so với các bạn xung quanh.

Gợi ý sử dụng: tích hợp trong hoạt động học có chủ đích ở lĩnh vực giáo dục phát triển tình cảm và kỹ năng xã hội; hoạt động chơi.

Lưu ý:

- Đảm bảo trẻ cảm thấy thoải mái và không bị áp lực về sự khác biệt của mình.
- Khen ngợi trẻ khi trẻ chia sẻ và nhận xét về các đặc điểm của bản thân.

Hoạt động 2: “Vẽ cảm xúc”

Thời gian: 20 phút

Phương tiện:

Giấy trắng và bút màu, sáp màu hoặc màu nước.

Các hình ảnh gương mặt với biểu cảm cảm xúc khác nhau (vui, buồn, giận dữ, sợ hãi) để trẻ tham khảo.

Gương để trẻ có thể nhìn vào gương và quan sát biểu cảm khuôn mặt của mình.

Các bước tiến hành:

- Giới thiệu về cảm xúc và vẽ cảm xúc

GV trò chuyện với trẻ về các cảm xúc khác nhau như vui, buồn, giận dữ, sợ hãi và giải thích rằng mỗi cảm xúc đều có cách diễn đạt riêng qua nét mặt và màu sắc.

GV hỏi trẻ: “Con có thể nghĩ đến những màu sắc nào khi con vui/buồn/giận dữ/sợ hãi?” để khuyến khích trẻ liên tưởng màu sắc với cảm xúc.

- Hoạt động vẽ cảm xúc

GV yêu cầu trẻ chọn một cảm xúc mà mình cảm thấy gần đây nhất và vẽ khuôn mặt biểu cảm của mình với cảm xúc đó.

GV gợi ý rằng trẻ có thể vẽ thêm các chi tiết như màu sắc xung quanh khuôn mặt, đường nét mạnh

hoặc nhẹ để thể hiện cảm xúc của mình.

Trong quá trình vẽ, giáo viên đi xung quanh, trò chuyện và hỗ trợ trẻ nếu cần.

- Chia sẻ

Sau khi hoàn thành, GV mời từng trẻ chia sẻ về bức vẽ của mình, trẻ có thể nói về cảm xúc mà trẻ đã vẽ, lý do vì sao trẻ chọn màu sắc và nét vẽ đó.

GV khen ngợi và khuyến khích trẻ nói thêm về cảm xúc mà trẻ đã chọn vẽ, giúp trẻ tự nhận thức và diễn đạt cảm xúc tốt hơn.

- Kết thúc

GV tổng kết rằng mọi cảm xúc đều bình thường và đáng trân trọng, và vẽ là một cách tuyệt vời để thể hiện cảm xúc của mình.

GV khuyến khích trẻ sử dụng vẽ như một cách để bày tỏ cảm xúc bất cứ khi nào các em cần.

Gợi ý sử dụng: tích hợp trong hoạt động học có chủ đích ở lĩnh vực giáo dục phát triển tình cảm và kỹ năng xã hội; hoạt động chơi.

Lưu ý: Tạo môi trường không phán xét, giúp trẻ cảm thấy an toàn và tự tin thể hiện cảm xúc qua nét vẽ; Tránh áp đặt các quy tắc về màu sắc hay hình ảnh, để trẻ có thể tự do sáng tạo và diễn đạt cảm xúc theo cách của riêng mình.

3. Kết luận

Kỹ năng tự nhận thức đóng vai trò quan trọng trong sự phát triển toàn diện của trẻ em, đặc biệt trong giai đoạn 4-5 tuổi, khi trẻ bắt đầu hình thành những hiểu biết cơ bản về bản thân và môi trường xung quanh. Để giáo dục kỹ năng này một cách hiệu quả, việc thiết kế các hoạt động đảm bảo tính mục tiêu giáo dục, khoa học và phù hợp với đặc điểm tâm sinh lý của trẻ mầm non là yếu tố then chốt. Quy trình thiết kế hoạt động giáo dục kỹ năng tự nhận thức cho trẻ 4-5 tuổi bao gồm 3 giai đoạn như trình bày ở trên. Để đánh giá tính hiệu quả, quy trình này cần được tiến hành thực nghiệm trên nhiều môi trường khác nhau.

Tài liệu tham khảo

1. Bộ Giáo dục và Đào tạo (2021), *Thông tư số 01/VBHN-BGDĐT về Ban hành Chương trình giáo dục mầm non ngày 13/4/2021*. Hà Nội.

2. Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning (CASEL). (2020). *SEL Framework: What is SEL?* Retrieved from <https://casel.org/>

3. Denham, S. A., Bassett, H. H., & Zinsner, K. (2012). Early childhood teachers as socializers of young children's emotional competence. *Early Childhood Education Journal*, 40(3), 137–143.

4. Goleman, D. (1995). *Emotional intelligence: Why it can matter more than IQ*. Bantam Books.