

Tập thể tác giả



Nhóm CÁNH BUỒM

Lối sống 1

NĂNG LỰC TỰ PHỤC VỤ



NHÀ XUẤT BẢN TRI THỨC

Lối sống 1: Năng lực tự phục vụ

Nhiều tác giả

Chia sẻ ebook: <http://downloadsach.com>

Follow us on Facebook: <https://facebook.com/caphebuoitoi>

Table of Contents

[Lời dẫn bạn dùng sách](#)

[Bài mở đầu](#)

[ĐẠI CƯƠNG VỀ CÁCH HỌC](#)

[Việc giao cho các em:](#)

[Cách 1:](#)

[Cách 2:](#)

[Cách 3:](#)

[BÀI LUYỆN TẬP](#)

[Bài 1](#)

[EM ĐÃ LỚN](#)

[Yêu cầu](#)

[Cách tiến hành](#)

[1. Em đã lớn – Em học lớp 1](#)

[2. Triển lãm “EM ĐÃ LỚN” – “Em là nhà tổ chức triển lãm”](#)

[3. Triển lãm “EM ĐÃ LỚN” – Đồ dùng của em](#)

[4. Triển lãm “EM ĐÃ LỚN” – Những bức ảnh của em](#)

[5. Triển lãm “EM ĐÃ LỚN” – Hoạt động nhân dịp triển lãm](#)

[Bài 2](#)

[EM TỰ PHỤC VỤ](#)

[1. Ở nhà em tự làm được những việc gì?](#)

[2. Mỗi học sinh cần tự phục vụ, đồng ý hay không đồng ý?](#)

3. Còn em, em có đồng thuận với mọi người về mục tiêu tự phục vụ không?

Em tự phục vụ

NGỦ DẬY ĐÚNG GIỜ

1. “Trời đã sáng rồi...”

2. Buổi sáng – tự giác ngủ dậy đúng giờ

Em tự phục vụ

THỂ DỤC BUỔI SÁNG

1. Một ngày mới của em bắt đầu như thế nào?

2. Tập thể dục buổi sáng

Em tự phục vụ

VỆ SINH CÁ NHÂN

1. Tình huống “Lại đây mẹ lau mặt cho nào...”

2. Em tự làm vệ sinh cá nhân

3. Kể chuyện về chủ đề “Em tự làm vệ sinh cá nhân”

Em tự phục vụ

ĂN UỐNG ĐÚNG CÁCH

1. Tình huống “Trong bữa cơm gia đình...”

2. Xem tranh ảnh, video về những nạn đói trên thế giới. Phát biểu suy nghĩ của em.

3. Thảo luận chung trong lớp: TIẾT KIỆM trong ăn uống

Em tự phục vụ

ĐI NGỦ ĐÚNG GIỜ

1. Một ngày của em kết thúc như thế nào?

2. Em đi ngủ đúng giờ

3. Tự lập thời gian biểu

Em tự phục vụ

ĐỌC SÁCH

1. Em đã đọc những cuốn sách nào?
2. Một ngày ở thư viện
3. Nhịp cầu “Từ quyển sách đến trái tim”

Em tự phục vụ

XEM TIVI

1. Tình huống “Đưa điều khiển tivi cho em...”
2. Tìm sự đồng thuận trong việc xem tivi
3. Trò chơi “Ai chọn thẻ giống tôi?”

Em tự phục vụ

THƯ GIÃN

1. Tình huống: Mệt mỏi và buồn chán
2. Em tập thư giãn bằng cách ngồi thiền
3. Câu lạc bộ Yoga

Em tự phục vụ

CHUẨN BỊ SÁCH VỞ, ĐỒ DÙNG TRƯỚC KHI ĐI HỌC

1. Tình huống “Tôi làm sao bây giờ?...”
2. Ai chuẩn bị cặp sách cho em đi học?
3. Trò chơi “Tôi còn thiếu cái gì?”

Em tự phục vụ

TẬP ĐIỀU TRA: CHUYỆN ĐẸP VÀ KHÔNG ĐẸP

1. Thời gian và phạm vi điều tra
2. Nội dung điều tra

3. Thống kê và báo cáo

Em tự phục vụ

KHI GẶP CHUYỆN KHÔNG VUI

1. Ở trường có hôm nào em cảm thấy không vui không?

2. Em là nhà tư vấn

3. Em ghi lại những ngày không vui đó như thế nào?

Em tự phục vụ

TỔ LÒNG BIẾT ƠN

1. Nhận được quà tặng

2. “Tôi xin cảm ơn...”

3. Những lời đẹp ghi lên giấy đẹp

Em tự phục vụ

KHI EM CÓ LỖI

1. Mình có nên tự nhận lỗi không?

2. “Cho tôi xin lỗi...”

3. Điều em muốn nói...

TỜ BÁO CỦA LỚP EM

Yêu cầu

Cách tiến hành

1. Thảo luận để chuẩn bị ra báo

2. Bình chọn và trao giải thưởng

MỜI CÁC EM HỌC TIẾP BÀI 3!

Bài 3

EM TỰ HỌC

MẪU

Việc 1: Em có gặp khó khăn gì khi việc học Tiếng Việt/Toán... ?

Việc 2: Em nêu những ý thích của mình trong cách học các môn

Việc 3: Củng cố

Hoạt động tự học

MÔN TIẾNG VIỆT

1. Cách học chung – Ý thích riêng – Cùng chia sẻ

2. Tự học Tiếng Việt thật vui

Hoạt động tự học

MÔN TIẾNG ANH

1. Cách học chung – Ý thích riêng – Cùng chia sẻ

2. Tiếng Anh lí thú

Hoạt động tự học

MÔN TOÁN

1. Cách học chung – Ý thích riêng – Cùng chia sẻ

2. Vui học toán – toán học vui

Hoạt động tự học

MÔN TIN HỌC

1. Cách học chung - Ý thích riêng - Cùng chia sẻ

2. Em tự làm một trang báo trên máy tính

CUỐI LỚP 1, CHÚNG EM CÙNG NHAU TỰ ĐÁNH GIÁ

Tự nhận xét và nhận xét bạn

CUỘC THI CUỐI NĂM

Tự chọn:

Tạm biệt các em! Hẹn gặp lại ở lớp 2!

Lời dặn bạn dùng sách

Bộ sách **Lối sống** được soạn để tổ chức việc học của trẻ em ở trường phổ thông thay thế hoàn toàn cách dạy “Luân lý” hoặc “Đạo đức” trước đây.

Tại sao lại có sự thay đổi đó?

1. Khả năng cao nhất của cách dạy “đạo đức” là đưa ra được những lời khuyên. Song ngay cả khi có nguyên tắc đạo đức đúng nhất, thì vẫn còn lại vấn đề: Nghe lời khuyên nhưng rồi có hành động theo không?
2. Lối sống là hành vi có ý thức hằng ngày của một con người. Những hành vi đó thể hiện quan niệm về đạo đức được chia sẻ với mọi người trong cộng đồng. Đó là một công trình rèn luyện lâu dài khởi động từ nhà trường.

Môn học này cùng bộ sách này vì thế có thể được đặt tên rất dài là *Sách hướng dẫn tổ chức hình thành lối sống hằng ngày cho trẻ em* và đã được rút gọn thành **môn Lối sống** và kèm theo là sách học **Lối sống**.

Một lối sống mới cho trẻ em được hình thành theo một trục chính là năng lực sống đồng thuận. Đó là học để biết cùng tìm cách sống hòa hợp giữa cá nhân với cộng đồng và giữa các cộng đồng với nhau. Đó cũng là lối sống hằng ngày, ngay ngày hôm nay, từ lớp 1, và ý thức sống đó sẽ có tác động tới lối sống mai sau.

Bước thứ nhất, ở lớp 1, sự đồng thuận xoay quanh chủ đề tổ chức lối sống tự lập cho trẻ em thông qua tổ chức chuỗi công việc tự phục vụ của từng em. Ngay trong công việc này, phải đạt được sự đồng thuận của ba thành phần chung sống trong nhà trường – học sinh, giáo viên, phụ huynh – thì mới có tự phục vụ để qua đó rèn luyện cuộc sống tự lập cho các em.

Tôn trọng sự tự do của người học, sách này còn cho học sinh cả quyền lựa chọn cách ghi vở – giáo viên (từ sau đây sẽ viết tắt là GV) không bao giờ đọc cho học sinh (sau đây sẽ viết tắt là HS) chép mà ngay trong sách đã cho một khung sườn để học sinh tự chọn cách ghi.

Nhóm biên soạn mong bạn dùng sách nhận rõ ý nghĩa của các “kỹ thuật” kể trên: *Không dạy học theo lối giảng giải* mà chỉ *tổ chức việc tự học của trẻ em*.

Nhóm Cánh Buồm trân trọng giới thiệu tài liệu sư phạm cô đúc này tới tất cả các bạn dùng sách cũng như các nhà nghiên cứu.

Chúc các bạn thành công!

Nhóm biên soạn

Bài mở đầu

ĐẠI CƯƠNG VỀ CÁCH HỌC

CÙNG SỐNG – CÙNG LÀM VIỆC

Việc giao cho các em:

Các em chia thành từng nhóm, cùng vẽ một bức tranh theo chủ đề tự chọn.

Mục đích: Tập sống chung, làm việc chung.

- Biết bàn bạc.
- Biết phân công.
- Biết nghiệm thu.

Có những cách

thực hiện nào?

Cách 1:



tưởng là bàn bạc
ra là cãi nhau và
tờ giấy.

có sản phẩm.

cùng làm việc không?

người thì
người



có ba
một
chơi, một

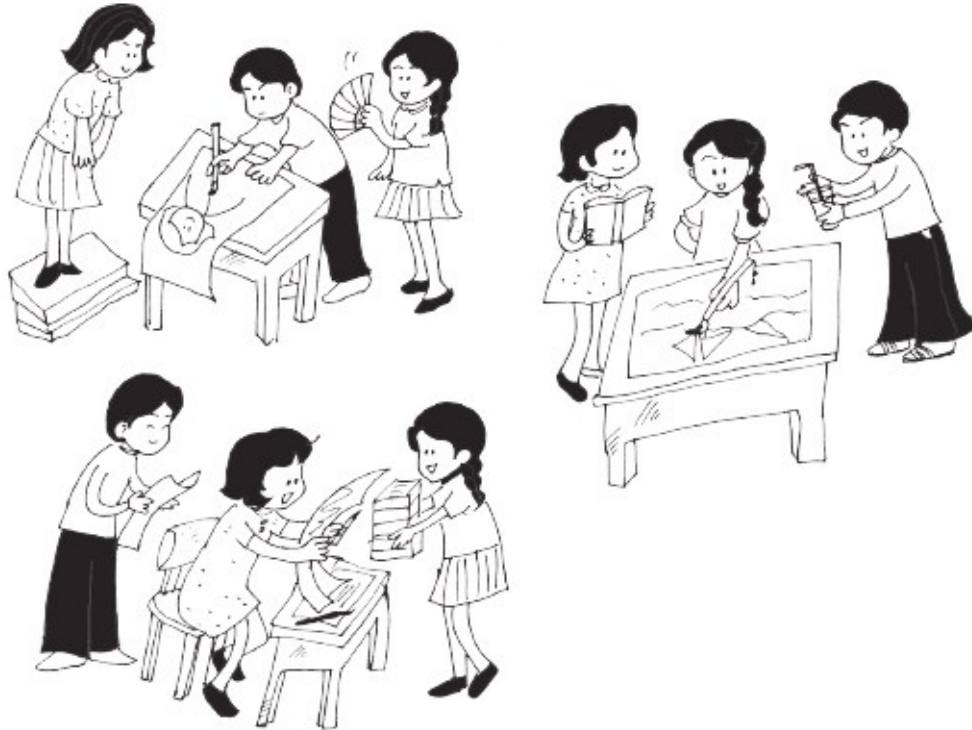
người nằm ngủ, phó mặc cho một người vẽ.

Kết quả: Vẫn có sản phẩm.

Câu hỏi cho em:

Đây có phải là cùng làm việc không?

Cách 3:



Nhóm 3 bàn nhau vẽ bức tranh về ba thành viên của nhóm, phân công lần lượt thay nhau làm mẫu, vẽ và đứng quạt cho nhau.

Kết quả: Hoàn thành sản phẩm.

Câu hỏi cho em:

Đây có phải là cùng làm việc không? Cách làm này khác gì so với hai cách trên?

Kể chuyện cho em

HÀNH BINH THẦN TỐC

“Ngàn thuở còn truyền câu chuyện lạ:
Mười ngày thần tốc phá quân Thanh”

Có người kể truyền thuyết về vua Quang Trung dẫn quân thần tốc ra Thăng Long như sau: Ông cho ba người lập thành một nhóm, có một cái võng, hai người khiêng một người

nằm trên võng vừa nghỉ vừa ngủ. Đến lúc ăn thì dừng, ăn cấp tốc lại đi tiếp, ngày đêm không nghỉ. Nhưng vì được thay nhau nghỉ ngơi trong suốt đoạn đường đi, nên quân Tây Sơn không mệt mỏi mà có thể tập hợp lực lượng đánh ngay.

Quân Thanh nghe tin quân Tây Sơn đã tiến sát thành Thăng Long, nhưng chủ quan khinh địch, vì nghĩ rằng một đội quân đi từ Nam ra Bắc như vậy trong một thời gian ngắn ắt hẳn không thể nào còn sức chiến đấu nữa, nên chúng vẫn thờ ơ, vui vẻ ăn tết.

Không ngờ, Quang Trung đã áp sát thành Thăng Long và tiến đánh liền trong bảy ngày tết, đánh tan hai mươi chín vạn quân Thanh.

BÀI LUYỆN TẬP

1. Đóng kịch câm: Các em đóng lại ba đoạn kịch trên, chỉ dùng động tác, không dùng lời.

- Cảnh 1: Ba em tranh cãi, giằng xé đến nỗi rách giấy, nhăn nhó, khóc lóc.

- Cảnh 2: Ba em cùng nhóm nhưng một em ngồi nghịch, một em nằm bẹp xuống ngủ, chỉ có một em vẽ.

- Cảnh 3: Đóng ba nhân vật người làm mẫu, người vẽ, và người quạt cho bạn. Sau đó thay phiên nhau.

2. Đặt tên cho ba cách làm việc.

Em đặt tên cho ba cách làm, mỗi tên không quá năm tiếng:

- Cách làm không hiệu quả.

- Cách làm hiệu quả nhưng không phải là cùng làm.

- Cách làm việc chung hiệu quả.

3. Vẽ tranh truyện.

Em vẽ lại thành bộ tranh truyện gồm có bốn hình mô tả lại từng cách làm việc. Tên truyện được đặt theo tên vừa làm ở bài tập 2.

4. Trò chơi đóng vai cho cả lớp cùng tham gia. Diễn lại vở Quang Trung tiến quân ra Bắc, quân sĩ thay phiên cáng nhau, hành quân theo hàng.

ĐỒNG THUẬN
Đồng thuận là gì?
Làm gì để có đồng thuận?



Làm
bây giờ?

Mọi
tự giới

Việc
sinh tự
thiệu

Việc
viên tự
thiệu

Việc
huynh
thiệu

Giới
xong,

cách gì

người
thiệu đi!

1: Học
giới

2: Giáo
giới

3: Phụ
tự giới

thiệu
em biết:



trong nhà trường có ba tập

LÀM GÌ để có được sự **ĐỒNG THUẬN**?

1. Phải có **VIỆC LÀM** mang mục tiêu chung.

(Làm gì? Để đạt mục tiêu gì?)

2. Phải cùng nhau tìm cách **THỰC HIỆN** việc làm đó.

(Bàn nhau lập kế hoạch)

3. Phải vượt qua **XUNG ĐỘT** để cùng thực hiện mục tiêu chung.

(Tháo gỡ xung đột để đoàn kết trong công việc)

hợp người.



“Hội nghị tay ba”

HỘI NGHỊ TAY BA
GIÁO VIÊN - HỌC SINH - PHỤ HUYNH
là một cách để tháo gỡ xung đột.
Cách tháo gỡ xung đột tốt nhất là
CÙNG NHAU LÀM MỘT VIỆC.

Bây giờ cùng làm một
TỔ CHỨC CHO HỌC SINH
SỐNG TỰ LẬP.
Chúng ta sẽ đi tới



trong việc làm này như thế nào?

việc lớn như sau:
LỚP 1

ĐỒNG THUẬN

Bài 1

EM ĐÃ LỚN

CÁCH THỰC HIỆN

Yêu cầu

- HS tự tổ chức được buổi triển lãm.
- Qua việc tự tổ chức, ý thức được mình đã lớn.
- củng cố thêm nhận thức về đồng thuận.

Cách tiến hành

Chuẩn bị

Một vài bức ảnh về các em bé sơ sinh, mẫu giáo, quần áo, đồ chơi... trang trí xung quanh lớp tạo không khí khác hẳn giờ học trước. Một vài bản nhạc vui nhộn. Bàn học xếp theo hình chữ U hoặc hình vòng tròn.

Các việc cần làm:

- Việc 1: Em tự nói về mình: Làm gì để nhận rõ “Em đã lớn”?

GV gọi cho HS về chiều cao, cân nặng, trang phục, các món ăn, sở thích, trò chơi... giúp các em phát biểu.

- Việc 2: Tìm đồng thuận trong việc tổ chức triển lãm “Em đã lớn”.

GV chú ý: tinh thần đồng thuận nằm trong việc làm thật, không nhất thiết cứ phải nói lại khái niệm đó.

+ Xác định mục đích cuộc triển lãm.

+ Bàn bạc cách tổ chức (triển lãm những gì, sắp xếp ra sao, mời những ai đến tham dự).

- Việc 3: Củng cố. Về nhà em kể với bố mẹ hôm nay em làm được gì. GV liên hệ với phụ huynh, thông báo về nội dung và yêu cầu của tiết học, đề nghị phụ huynh hợp tác, giúp HS tìm đồ dùng và đánh dấu tên các em để đưa vào triển lãm.

Trưng bày, giới thiệu, biểu diễn

- Việc 1: Chia nhóm, sắp xếp phòng học thành phòng triển lãm.

- Việc 2: Trưng bày hiện vật và giới thiệu.

- Việc 3: Hoạt động nhân dịp triển lãm.

Thảo luận, củng cố, phát biểu cảm tưởng

1. Em đã lớn – Em học lớp 1

Làm gì để
lớn”?

- Các em tự



nhận rõ “Em đã

nói về mình: Có

những gì khác các năm trước? (Cao hơn, nặng hơn, đã vào học lớp 1...)



Bé tí khi nào lớn như ta?

2. Triển lãm “EM ĐÃ LỚN” – “Em là nhà tổ chức triển lãm”



Tớ muốn đặt tên triển lãm là...



Mình muốn trưng bày những thứ như là...

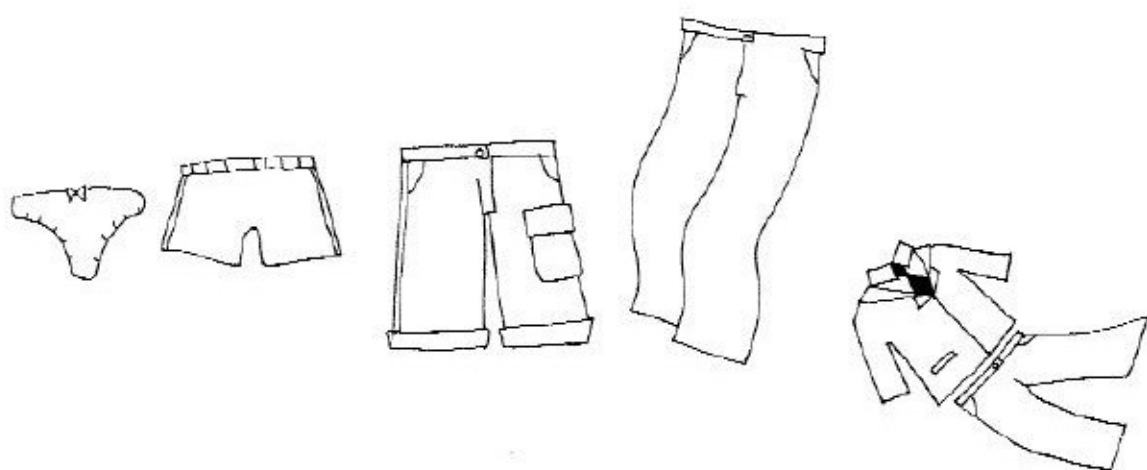
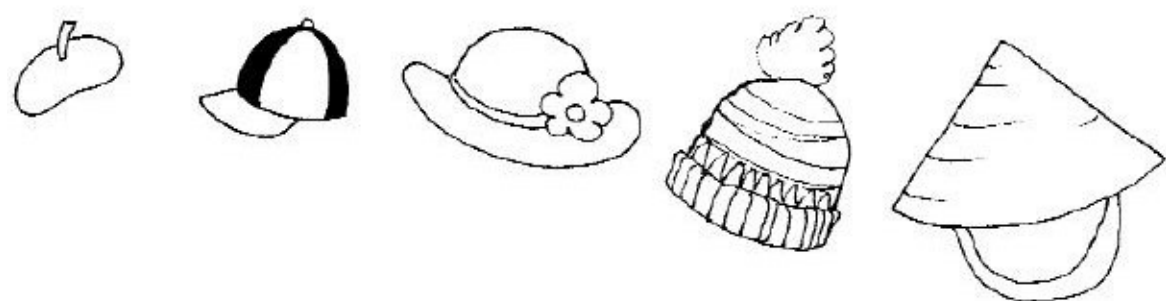
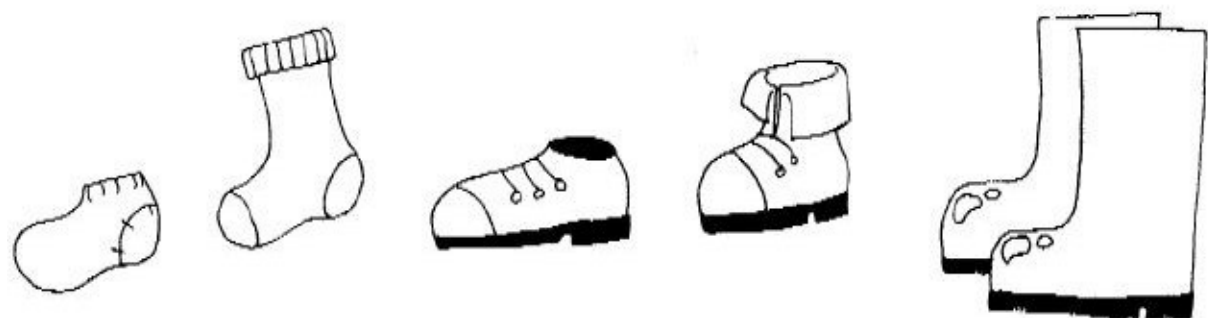
Tìm đồng thuận trong việc tổ chức triển lãm:

1. Lập một Ban tổ chức triển lãm.
2. Thu thập đồ vật để triển lãm.
3. Thi tìm lời mời tham dự.

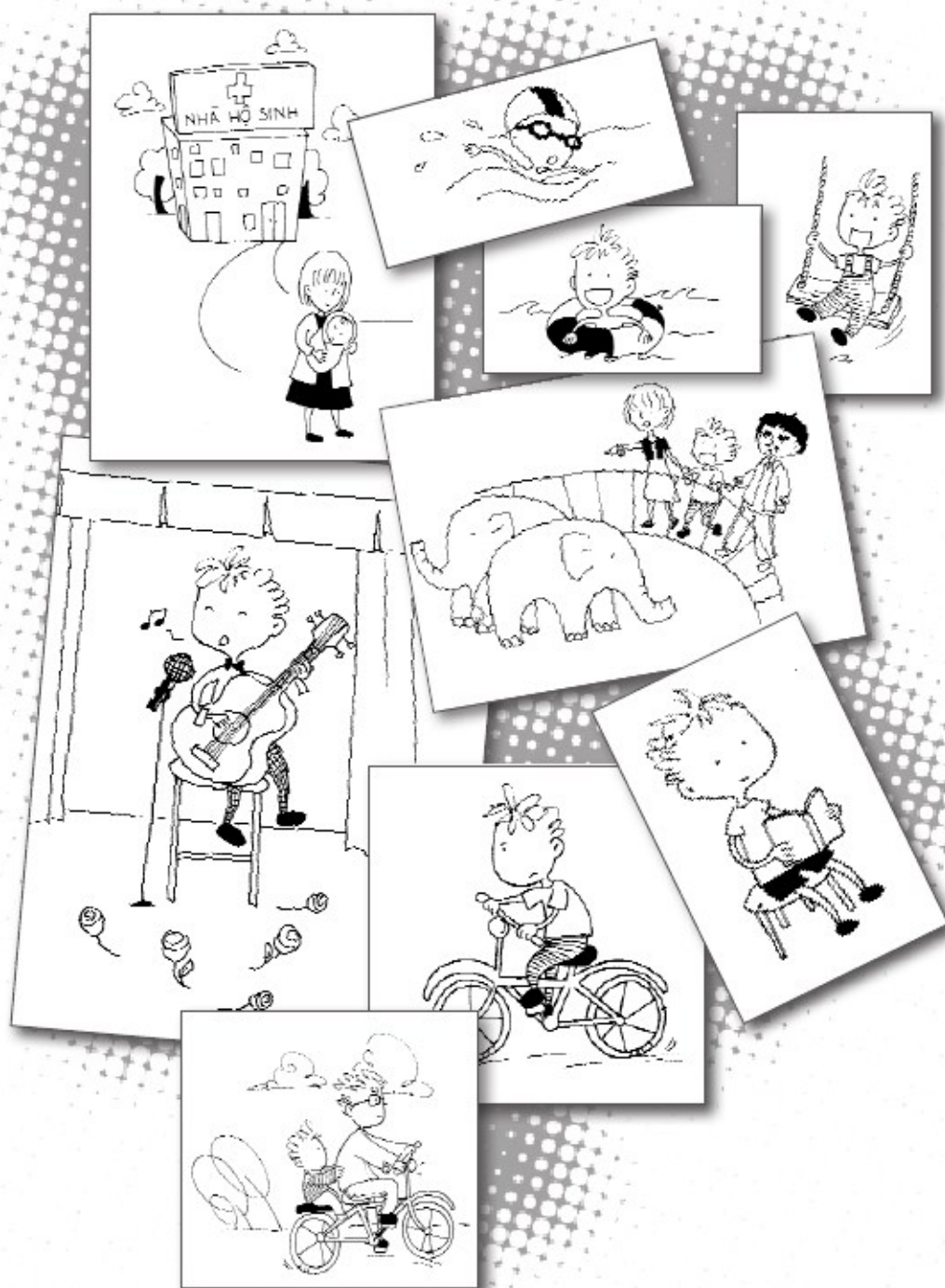


Mẹ ơi lớp con sắp tổ chức triển lãm!

3. Triển lãm “EM ĐÃ LỚN” – Đồ dùng của em



4. Triển lãm “EM ĐÃ LỚN” – Những bức ảnh của em



5. Triển lãm “EM ĐÃ LỚN” – Hoạt động nhân dịp triển lãm



Bài 2

EM TỰ PHỤC VỤ

CÁCH THỰC HIỆN

Loạt bài EM TỰ PHỤC VỤ được thiết kế theo một quy trình gồm có ba việc sau:

- **Việc 1: HS phát biểu về vấn đề của mình mà bài học đặt ra.**

(Giúp các em soi chiếu vào bản thân, gắn nội dung học với chính cuộc sống thực của các em)

- **Việc 2: Chơi trò chơi đóng vai và bàn bạc tìm đồng thuận về vấn đề mà bài học đặt ra.**

(Các em biết cách tìm sự đồng thuận về một việc cụ thể trong vấn đề tự phục vụ)

- **Việc 3: Củng cố.** Có hai cách:

+ Cách 1: HS phát biểu về những gì vừa làm được ngay tại lớp, và về nhà sẽ kể lại những việc mình đã thực hiện cho bố mẹ nghe. (Điều này sẽ giúp các bài học về lối sống trở thành việc làm thực mà HS đã trải nghiệm chứ không phải là lí thuyết, đồng thời bố mẹ sẽ theo dõi được việc làm của con mình trong cuộc sống sau khi đã có ý thức về vấn đề tự phục vụ mà bài học đặt ra)

+ Cách 2: HS tự làm ra một sản phẩm mà trong sản phẩm đó chứa đựng ý thức về lối sống tự phục vụ của các em. Sản phẩm này sẽ được lưu giữ trong hồ sơ của từng HS.

Mục tiêu lối sống lớp 1: Tự phục vụ.

Muốn sống tự lập phải biết tự phục vụ.

1. Ở nhà em tự làm được những việc gì?

**2. Mỗi
cần tự
đồng ý
không**

Các em
đóng vai:

- Đóng
vai mẹ và



**học sinh
phục vụ,
hay
đồng ý?**



Con tôi yếu
đuối lắm, tự
lập sao được?

em. Em muốn tự lập, mẹ sẽ nói gì?

- Đóng vai chị và em. Em muốn tự lập, chị sẽ nói gì?
- Đóng vai bố và em. Em muốn tự lập, bố sẽ nói gì?
- Đóng vai cô giáo và em. Em muốn tự lập, cô sẽ nói gì?



Ồi giờ vừa dạy vừa đỡ, tự lập sao nổi!



Em tôi lười lắm, nó tự lập sao nổi?



Nó tự lập sao nổi, cứ làm hộ nó cho nhanh!

3. Còn em, em có đồng thuận với mọi người về mục tiêu tự phục vụ không?

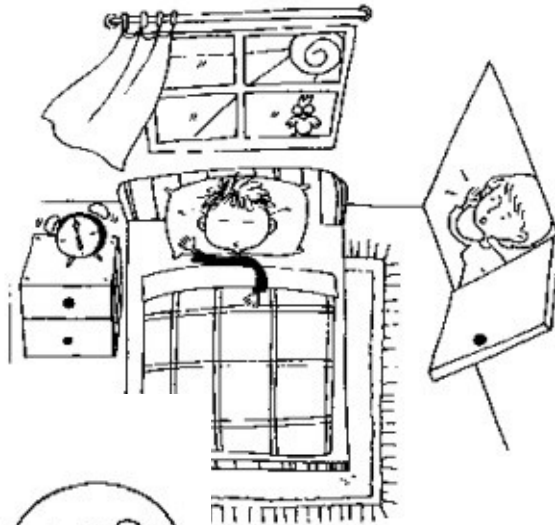


Em tự phục vụ

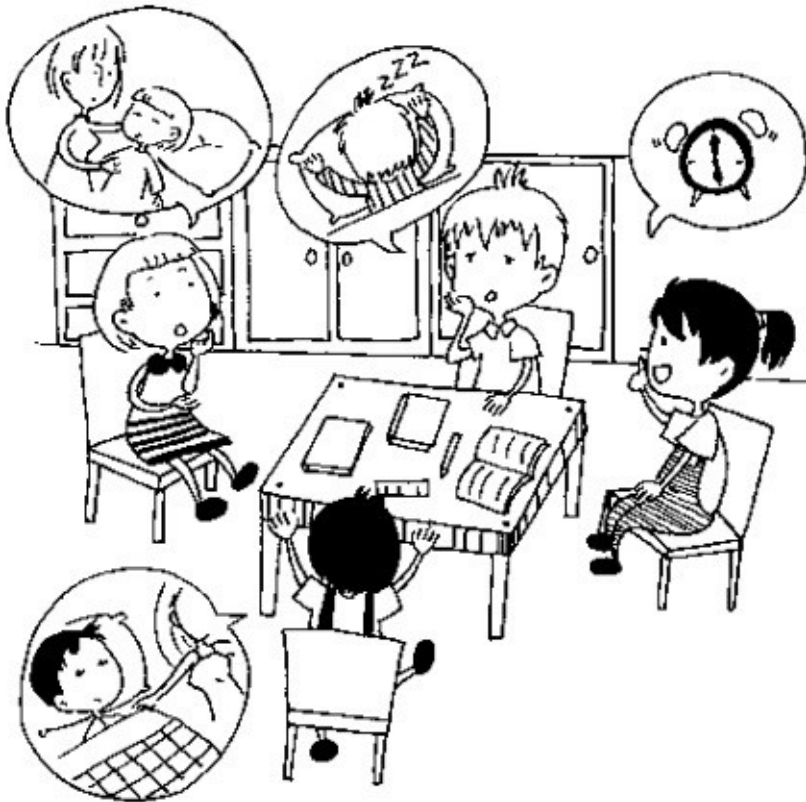
NGỦ DẬY ĐÚNG GIỜ

1. “Trời đã sáng rồi...”

Các em chia nhau diễn lại tình huống:
Trời sáng rồi nhưng em không tự dậy mà
mẹ phải vào tận giường gọi. Mẹ sẽ nói như
thế nào? Em sẽ nói gì? Các em tự nghĩ ra và
đóng tiếp.



2. Buổi sáng – tự giác ngủ dậy đúng giờ



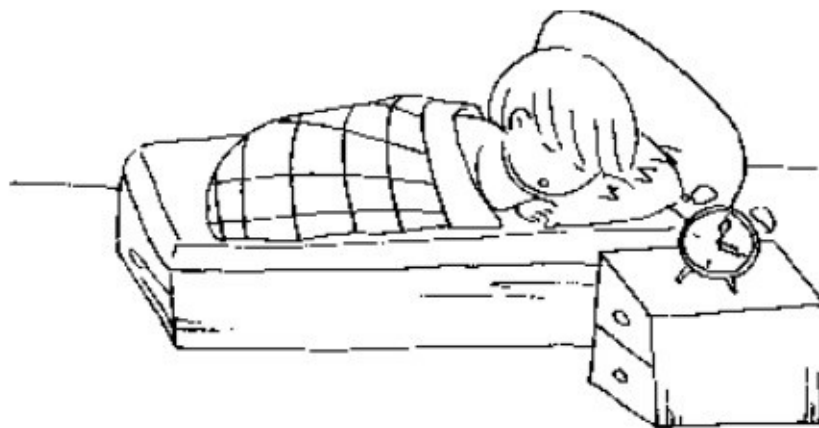
NG



Em tập thể dục?



Em tưới cây?



Em ngủ nướng?



Hay ngồi ủ rũ?

2. Tập thể dục buổi sáng



Nguồn: Internet



Em tự phục vụ VỆ SINH CÁ NHÂN

1. Tình huống “Lại đây mẹ lau mặt cho nào...”

và nói:



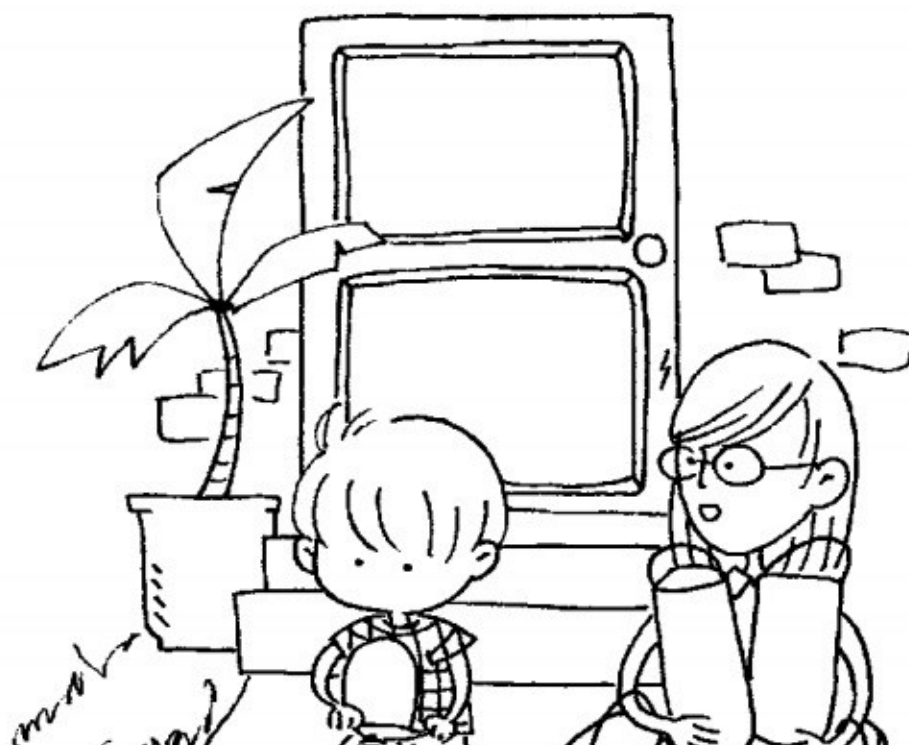


3. Kể chuyện về chủ đề “Em tự làm vệ sinh cá nhân”

Các bạn biết không, tớ đã biết tự mặc quần áo, tự đi giày buộc dây hẳn hoi rồi đấy. Lần đầu tiên tự mặc được áo, tớ rất vui. Mẹ tớ cũng rất vui. Chỉ tiếc là tớ cài thừa một cái cúc, tớ loay hoay mãi mới cài lại được chính tề. Cái áo của tớ có năm cái cúc cơ...

Em

tự



phục vụ

ĂN UỐNG ĐÚNG CÁCH

1. Tình huống “Trong bữa cơm gia đình...”

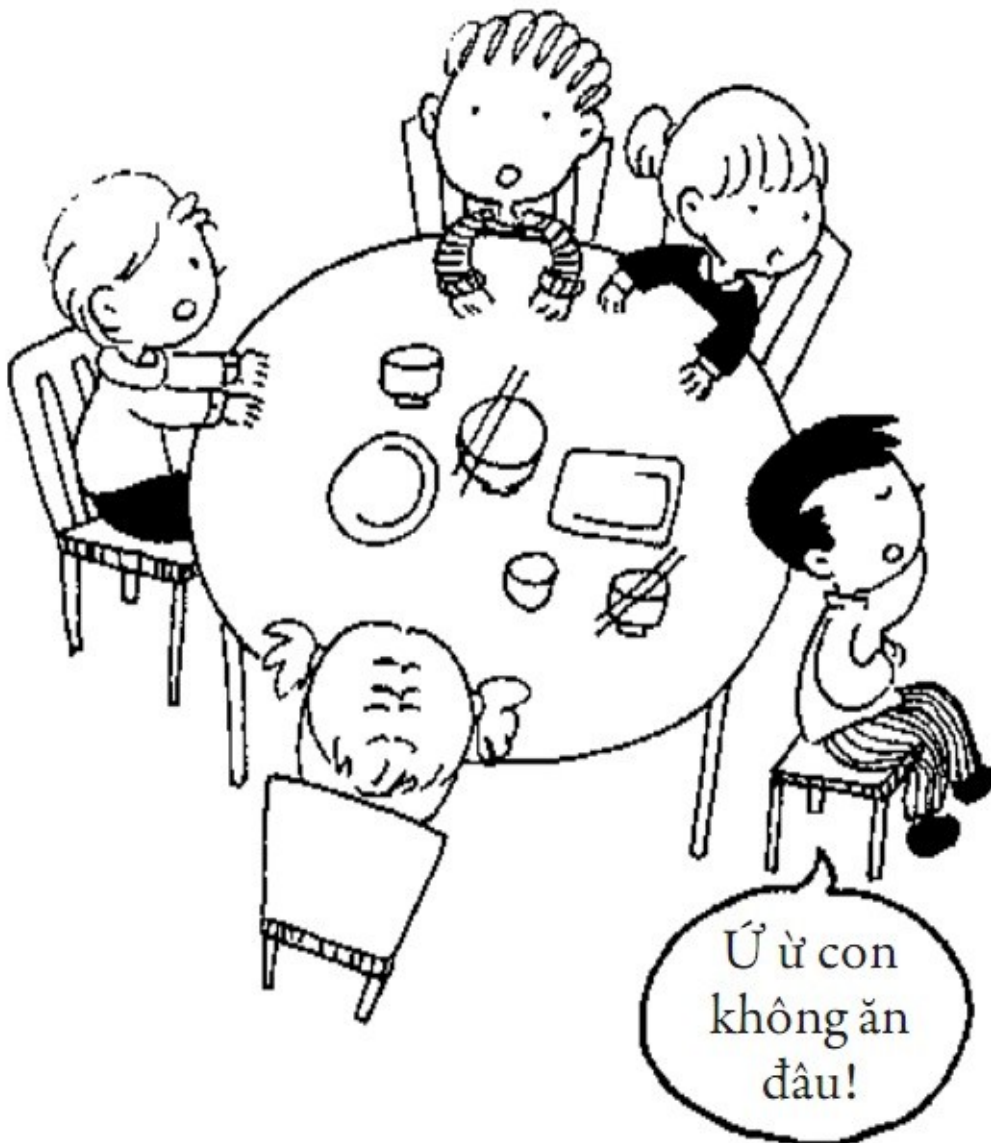
Các em chia nhau diễn vở kịch ngắn:

Mẹ: Con ăn mãi mà không hết bát cơm. Để mẹ xúc cho con nhé! Ăn thêm miếng thịt này nữa là được.

Bố: Phải ăn cả thịt lẫn rau cho đủ chất chứ.

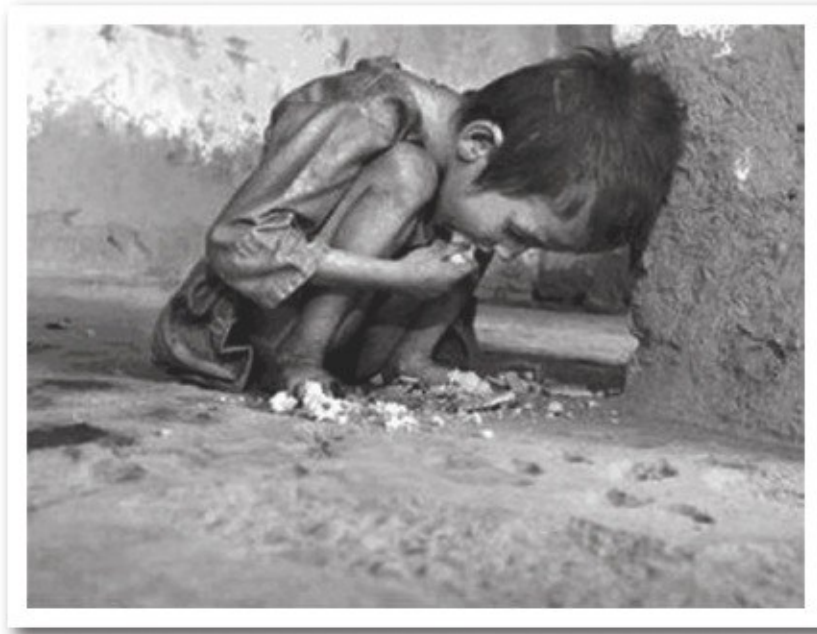
Em: Ừ ừ, con không ăn nữa đâu. Còn nửa bát đây, mẹ đổ đi.

Bà: Cháu ngoan, ăn đi rồi bà mua bim bim cho.



Thảo luận: Em đồng ý với câu nói của ai trong đoạn hội thoại trên?

2. Xem tranh ảnh, video về những nạn đói trên thế giới. Phát biểu suy nghĩ của em.

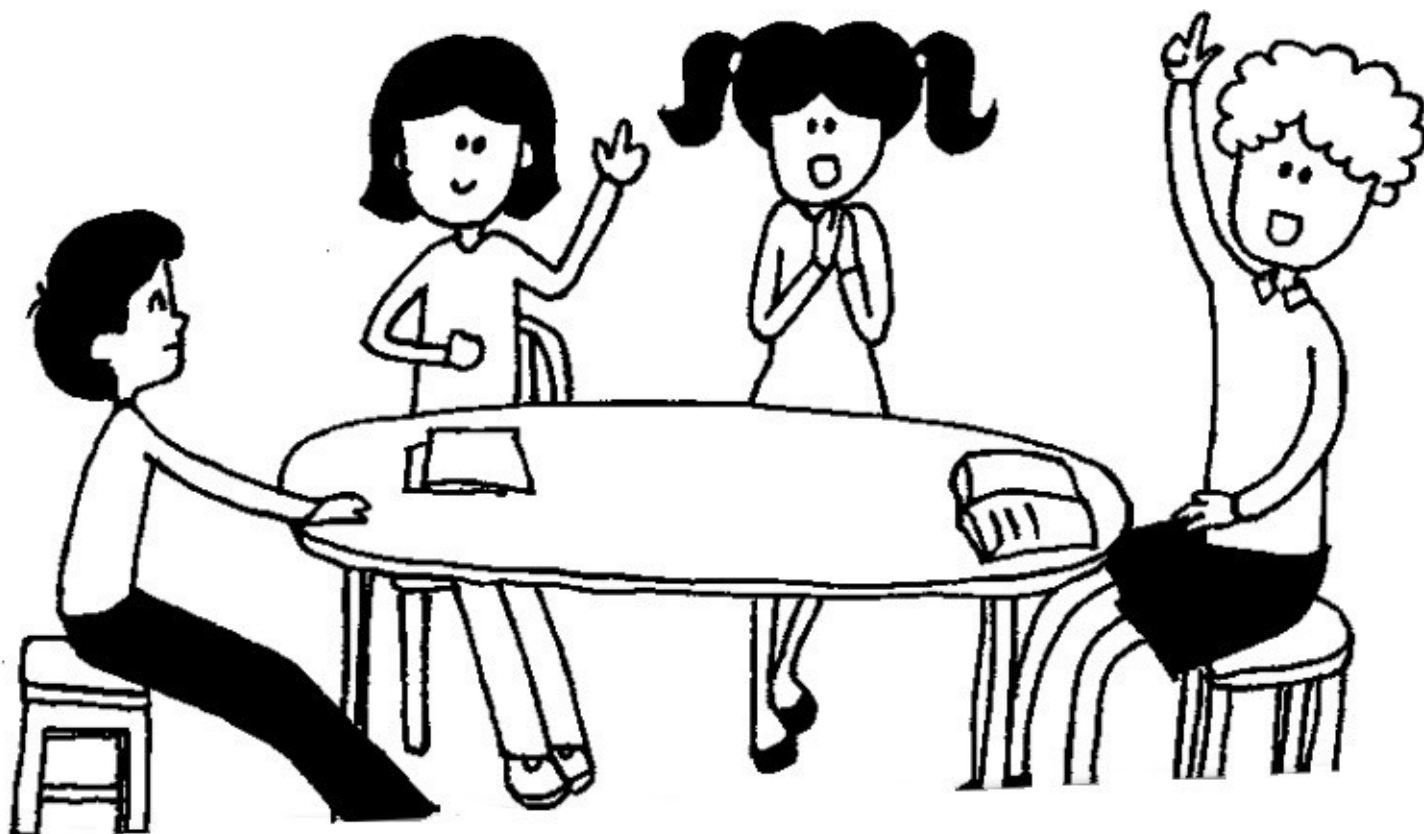


Nguồn: Internet



3. Thảo luận chung trong lớp: TIẾT KIỆM trong ăn uống

TIẾT KIỆM !!!

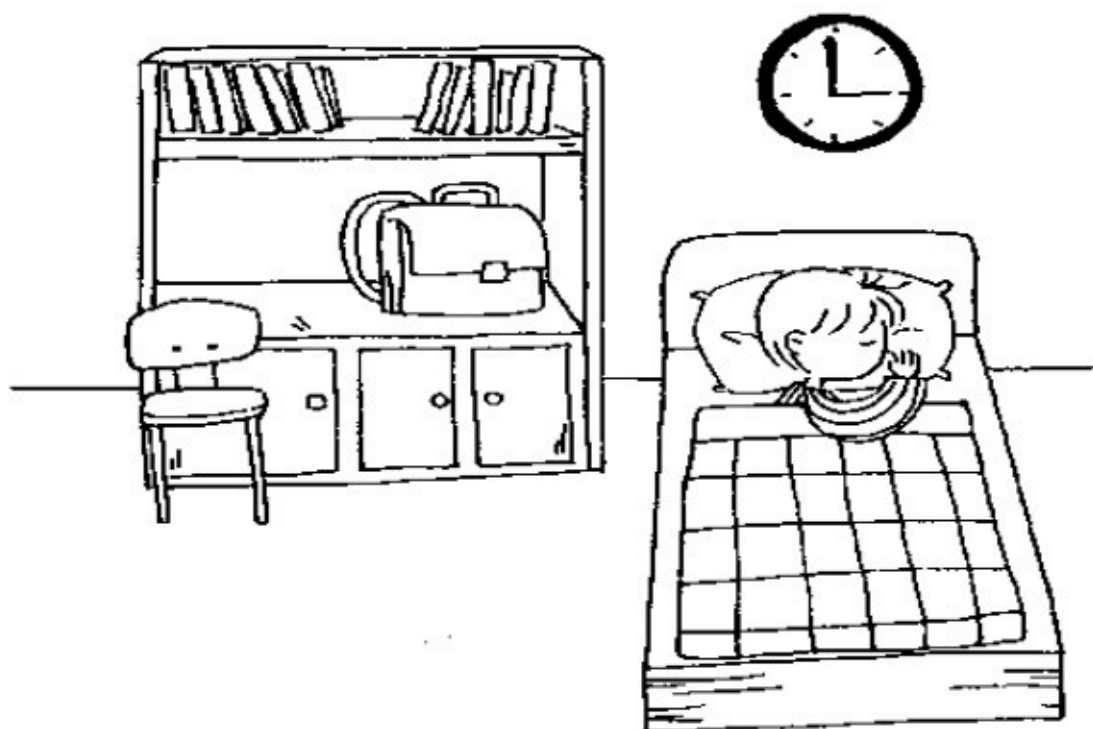


1. Theo ý em, thế nào là TIẾT KIỆM trong việc ăn uống?
2. TIẾT KIỆM trong việc ăn uống để làm gì?
3. Em đã thực hiện TIẾT KIỆM trong việc ăn uống chưa?

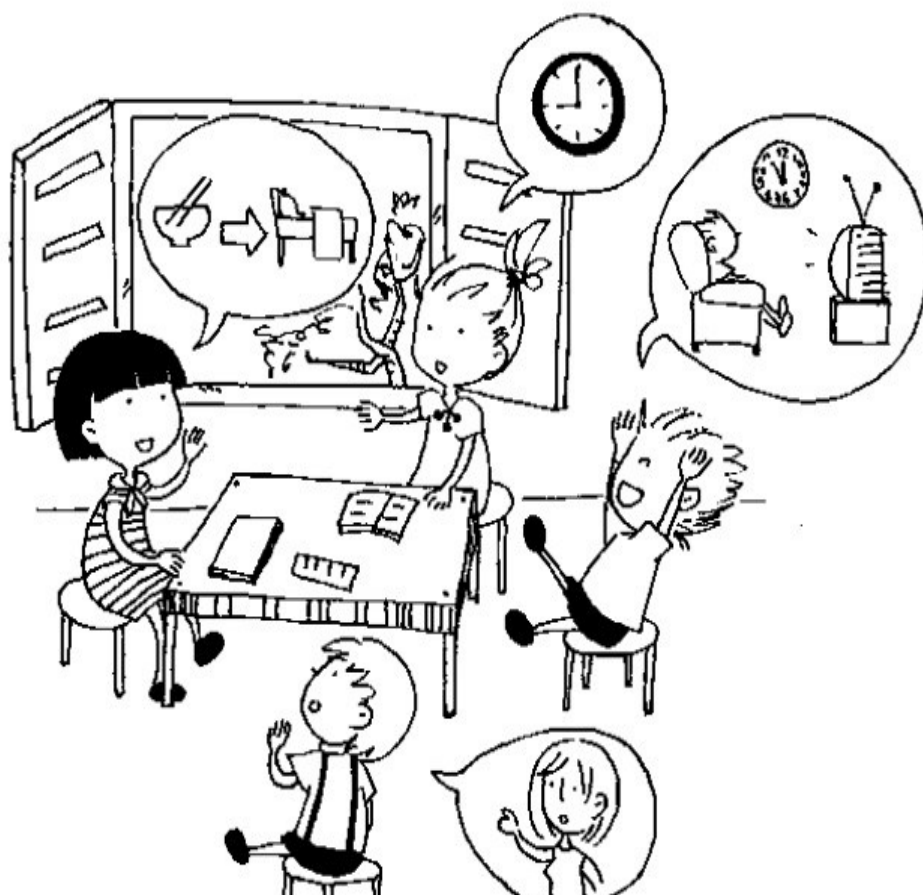
Em tự phục vụ

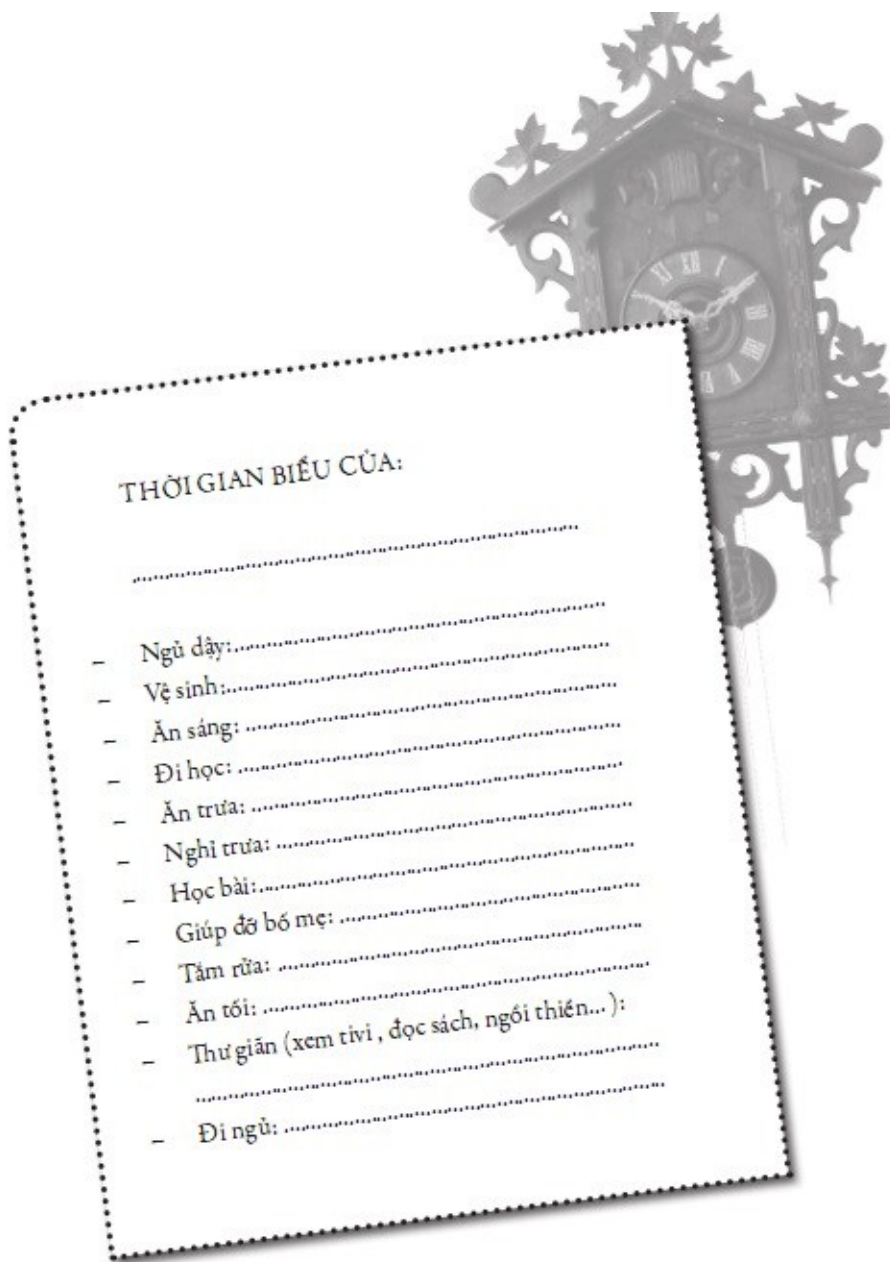
ĐI NGỦ ĐÚNG GIỜ

1. Một ngày của em kết thúc như thế nào?



2. Em đi ngủ đúng giờ

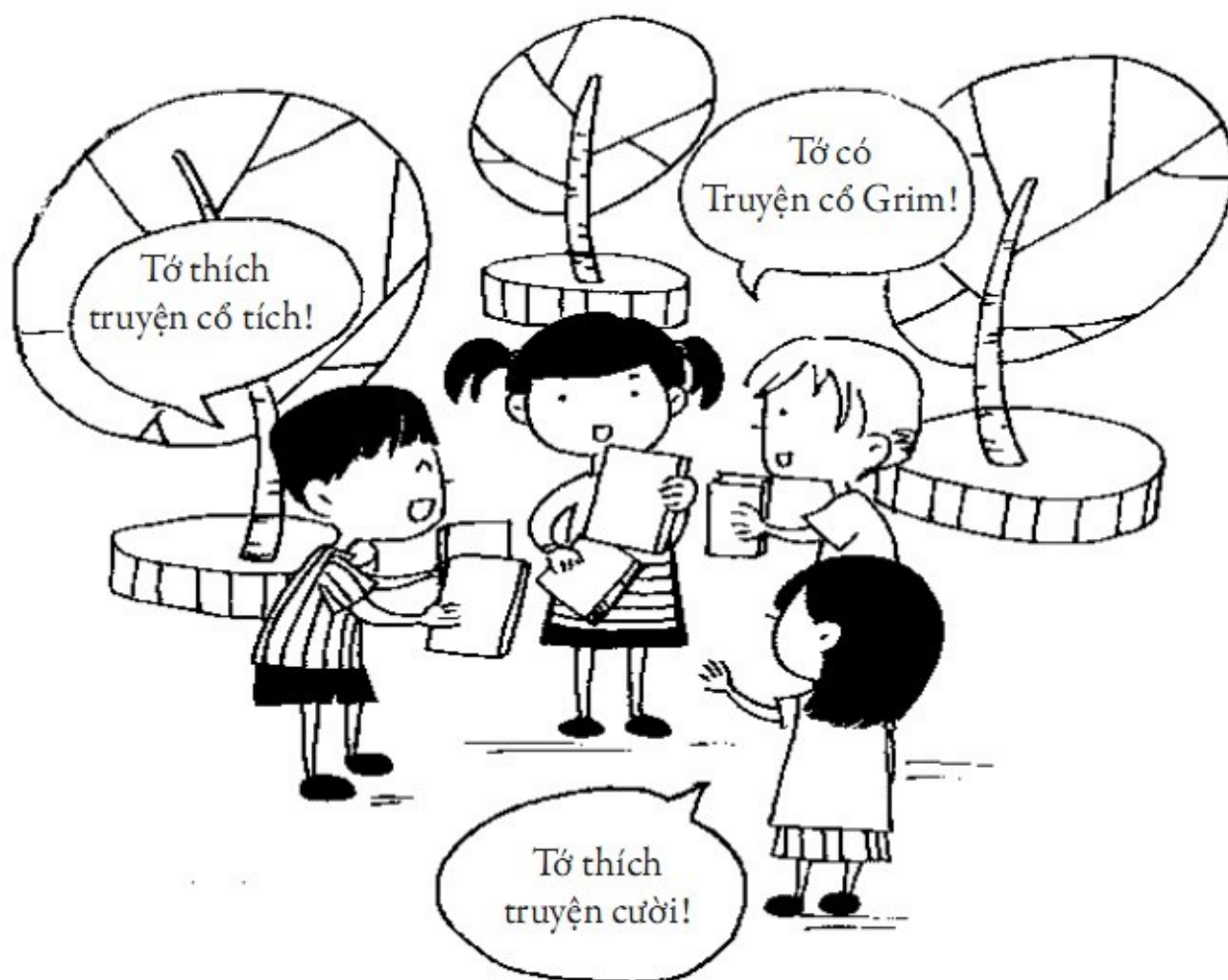




Em tự phục vụ

ĐỌC SÁCH

1. Em đã đọc những cuốn sách nào?



2. Một ngày ở thư viện

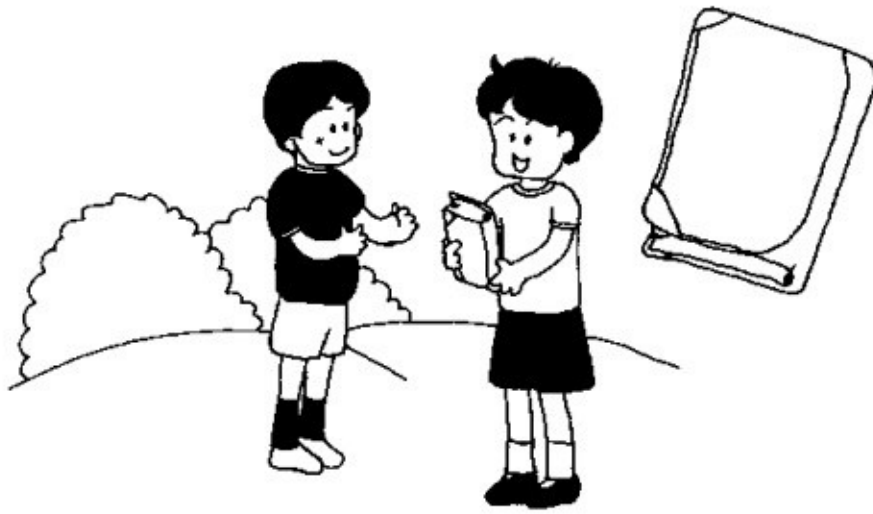
Em thêm vào thời gian biểu mỗi tuần đi thư viện những buổi nào. Em có thể đến thư viện của trường, của thành phố, thị xã, huyện hoặc các tủ sách dòng họ... Đến đó phải tuân thủ nội quy của thư viện và nhớ dùng một quyển sổ để ghi chép lại những gì em thích!

3. cầu quyển đến tim”



Nhịp “Từ sách trái

Các
nhau
quyển
mình
thích.
không
em tự
những
chuyện
đọc ở
thêm
đóng
một
để tặng nhau.



em tặng
những
sách mà
yêu
Nếu
có sách,
kể lại
câu
mình đã
sách, vẽ
tranh và
thành
quyển

Em tự phục vụ

XEM TIVI

1. Tình huống “Đưa điều khiển tivi cho em...”

2. Tìm sự trong việc

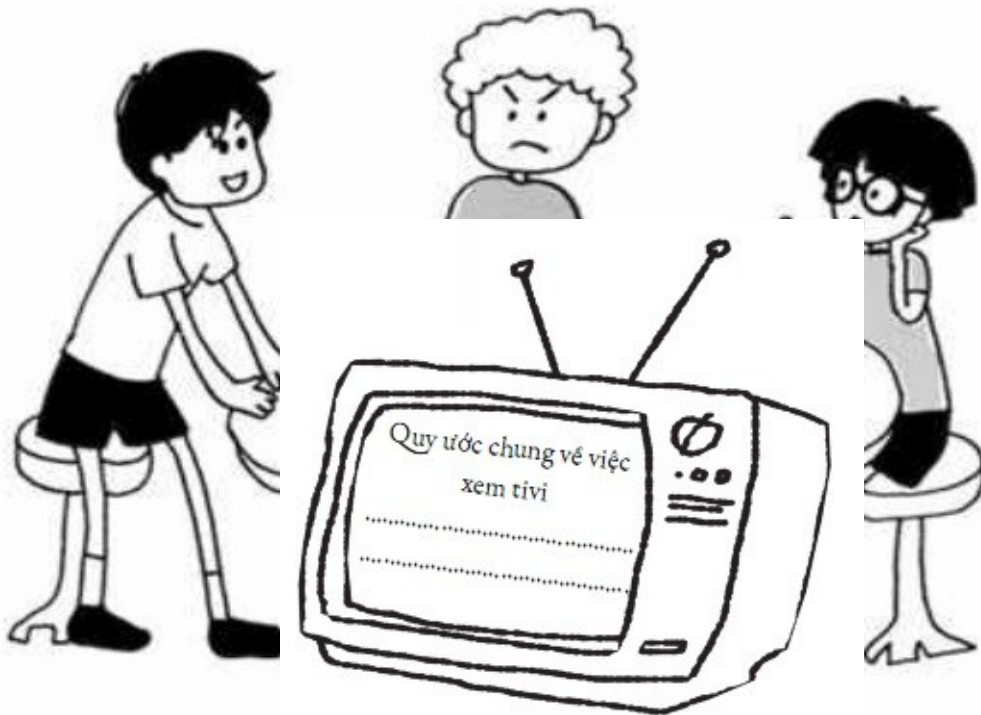


đồng thuận
xem tivi

ên nhường

ở lại phải
muốn xem

tôi?”





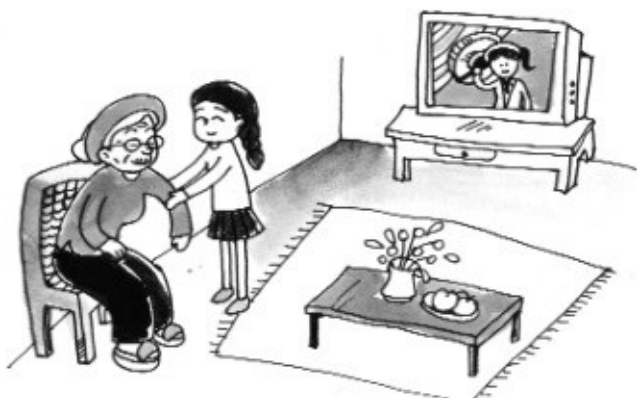
Nhường cho bố mẹ xem thời sự



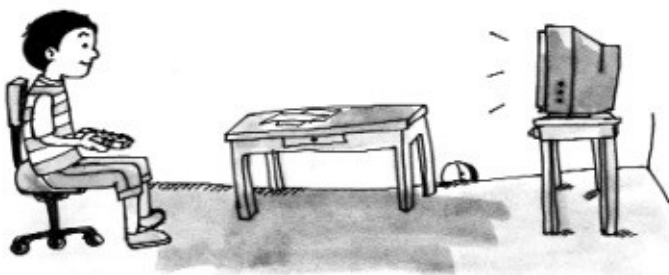
Xem tivi quá khuya



Xem hoạt hình



Nhường cho bà xem chèo



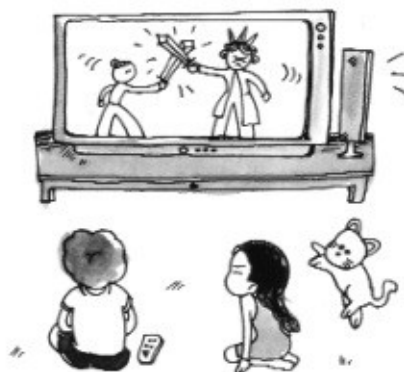
Ngồi xem tivi đúng khoảng cách



Ngồi gần tivi



Tranh điều khiển tivi



Xem phim bạo lực

Em tự phục vụ

THƯ GIÃN

1. Tình huống: Mệt mỏi và buồn chán

- Sao bạn lại ngồi ủ rũ thế? Bạn có muốn thư giãn cho vui tươi không?
- Thư giãn làm gì chứ, tớ đang mệt mỏi lắm.
- Ồ, không phải rồi, mệt mỏi mới cần thư giãn!

2. Em tập bằng cách



thư giãn
ngồi thiền





Thở sâu, thả lỏng cơ thể, đầu không nghĩ điều gì...

3. Câu lạc bộ Yoga



Các bạn trường Nguyễn Văn Huyền trong giờ học thư giãn.

Ảnh: Nhóm Cánh Bướm

Em tự phục vụ

CHUẨN BỊ SÁCH VỎ, ĐỒ DÙNG TRƯỚC KHI ĐI HỌC

1. Tình huống “Tôi làm sao bây giờ?...”

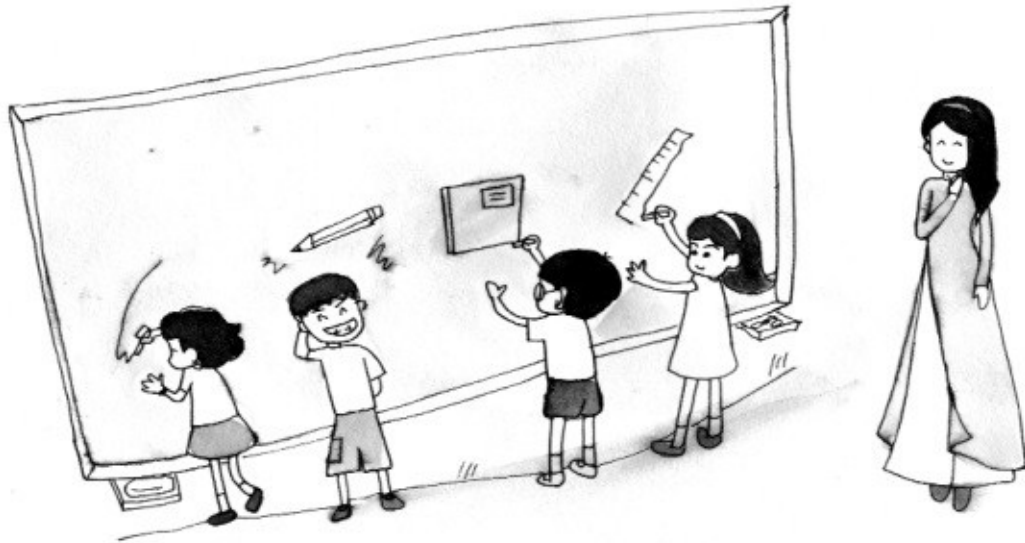


2. Ai chuẩn bị cặp sách cho em đi học?

3.
chơi
còn
cái



Trò
“Tôi
thiếu
gì?”



Mục đích:

Luyện cho các em tác phong tự chuẩn bị đồ dùng trước khi đi học.

Chuẩn bị:

Mỗi lần, bốn em lên chia bảng thành bốn cột và cô giáo bấm đồng hồ.

Tiến hành:

Mỗi em có 5 – 7 phút để vẽ những thứ mình cần mang đến trường ngày mai. Hết giờ, bạn nào có đủ đồ đạc là thắng, bạn nào không chuẩn bị đủ là thua, phải nhảy lò cò quanh lớp một vòng.

Em tự phục vụ

TẬP ĐIỀU TRA: CHUYỆN ĐẸP VÀ KHÔNG ĐẸP

CÁCH THỰC HIỆN

Yêu cầu:

- HS nhận thức được vấn đề tự phục vụ của bản thân mình và của những người xung quanh.

- Bước đầu biết cách “điều tra”: quan sát, ghi chép, thống kê, phân loại và báo cáo.

Cách tiến hành:

- Việc 1: Chuẩn bị điều tra

Xác định phạm vi điều tra: Ở nhà, ở lớp, tổ dân phố, khu tập thể...

Nội dung điều tra: những người tự phục vụ và những người không tự phục vụ.

Cách lập bảng điều tra, điền số liệu.

- Việc 2: Đi điều tra

Các em tiến hành trong cả tuần, bất kỳ lúc nào các em quan sát thấy ở những người xung quanh.

- Việc 3: Báo cáo kết quả điều tra, củng cố, nhận xét

1. Thời gian và phạm vi điều tra

- Trong một tuần, kể từ tiết học trước.

- Trong mọi tình huống mà em bắt gặp: Ở gia đình mình, nhà hàng xóm, nhà người thân, nơi công cộng, ở trường, lớp...

2. Nội dung

- Những phục vụ tốt cá nhân.

- Những lại vào người việc vệ sinh

- Những đảm bảo vệ

3. Thống cáo



điều tra

người tự
việc vệ sinh



người còn ý
khác trong
cá nhân.



người không
sinh cá nhân.

kê và báo

Em tự phục vụ



KHI GẶP CHUYỆN KHÔNG VUI

1. Ở trường có hôm nào em cảm thấy không vui không?



Ôi, bạn Ly bị ốm hai ngày rồi, nhớ bạn ấy quá!

2. Em là nhà tư vấn



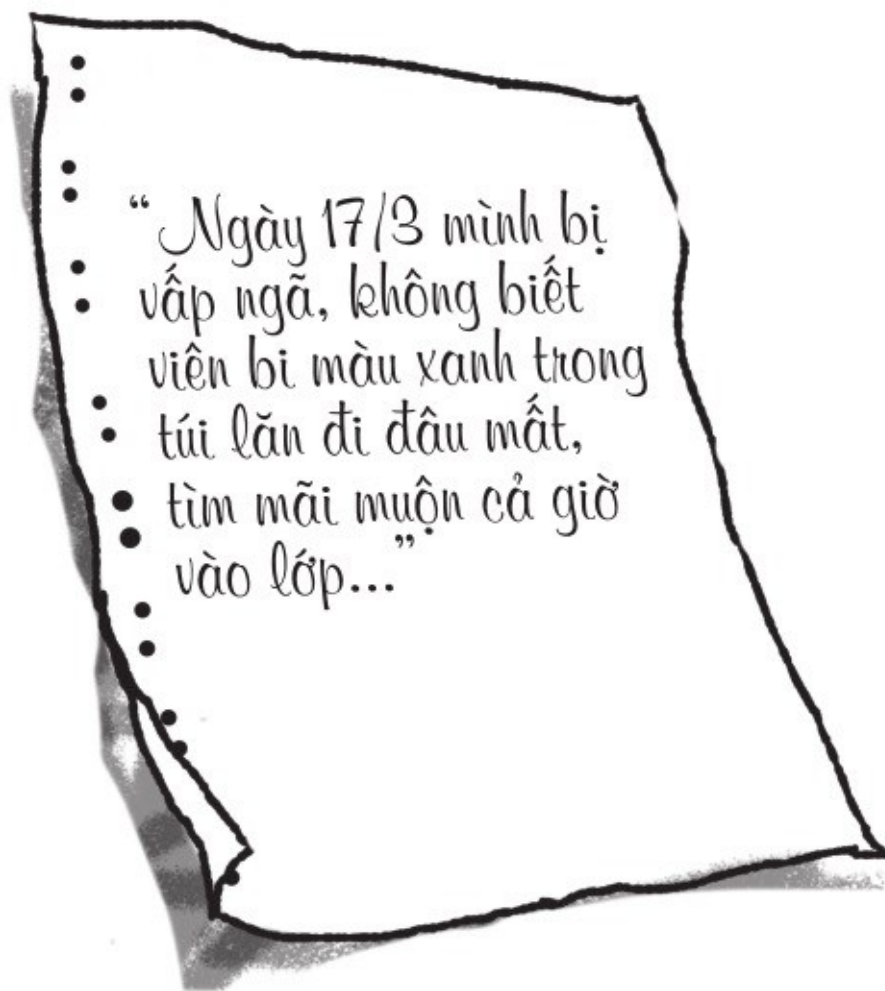
thước của bạn Vinh rồi, tớ phải làm gì bây giờ?

Tớ lỡ tay làm gãy cái

3. Em ghi lại những ngày không vui đó như thế nào?

- Ghi
- Vẽ tranh?
-
- một bài chuyện?
-
- để được

Em
phục



- nhật kí?
- một bức
- Sáng tác thơ, câu
- Tìm bạn san sẻ?

tự
vụ

TỎ LÒNG BIẾT ƠN

1. Nhận được quà tặng

- Bác có quà cho cháu, cháu ngoan và học giỏi nhé.
- Lần nào bác đến cũng cho quà. Mẹ cháu cảm ơn bác rất nhiều.



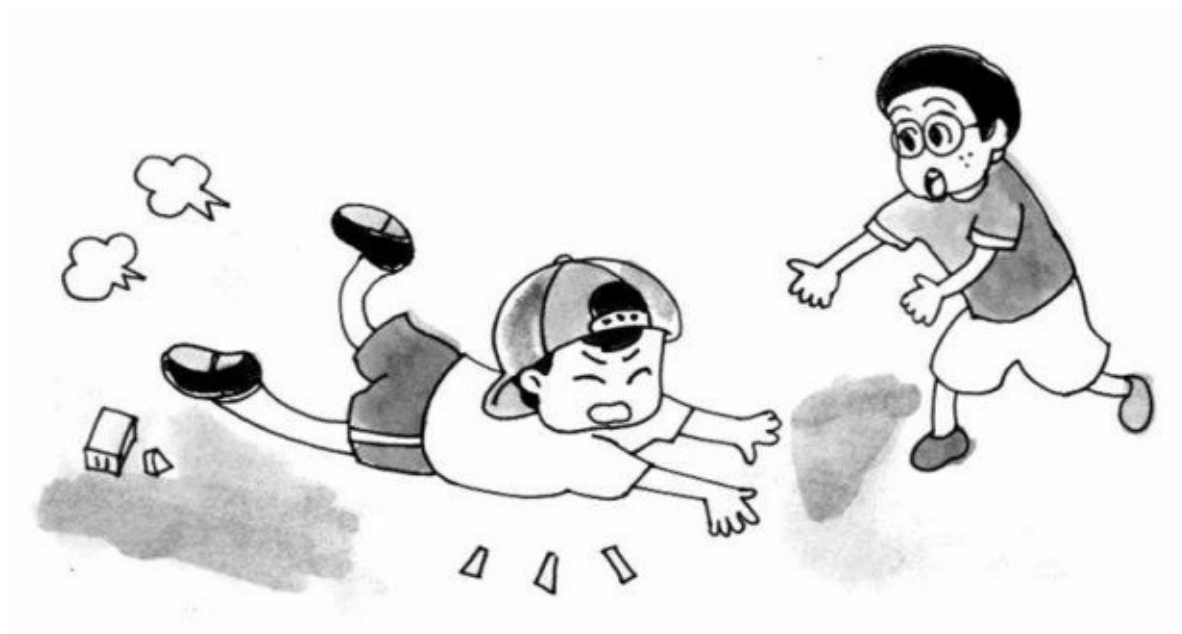
Thảo luận:

- Bạn nhỏ trong câu chuyện có cảm ơn bác đã cho quà không?
- Mẹ bạn đã cảm ơn bác hộ bạn là nên hay không nên?
- Nếu em là bạn ấy, em sẽ nói gì với bác và nói gì với mẹ?

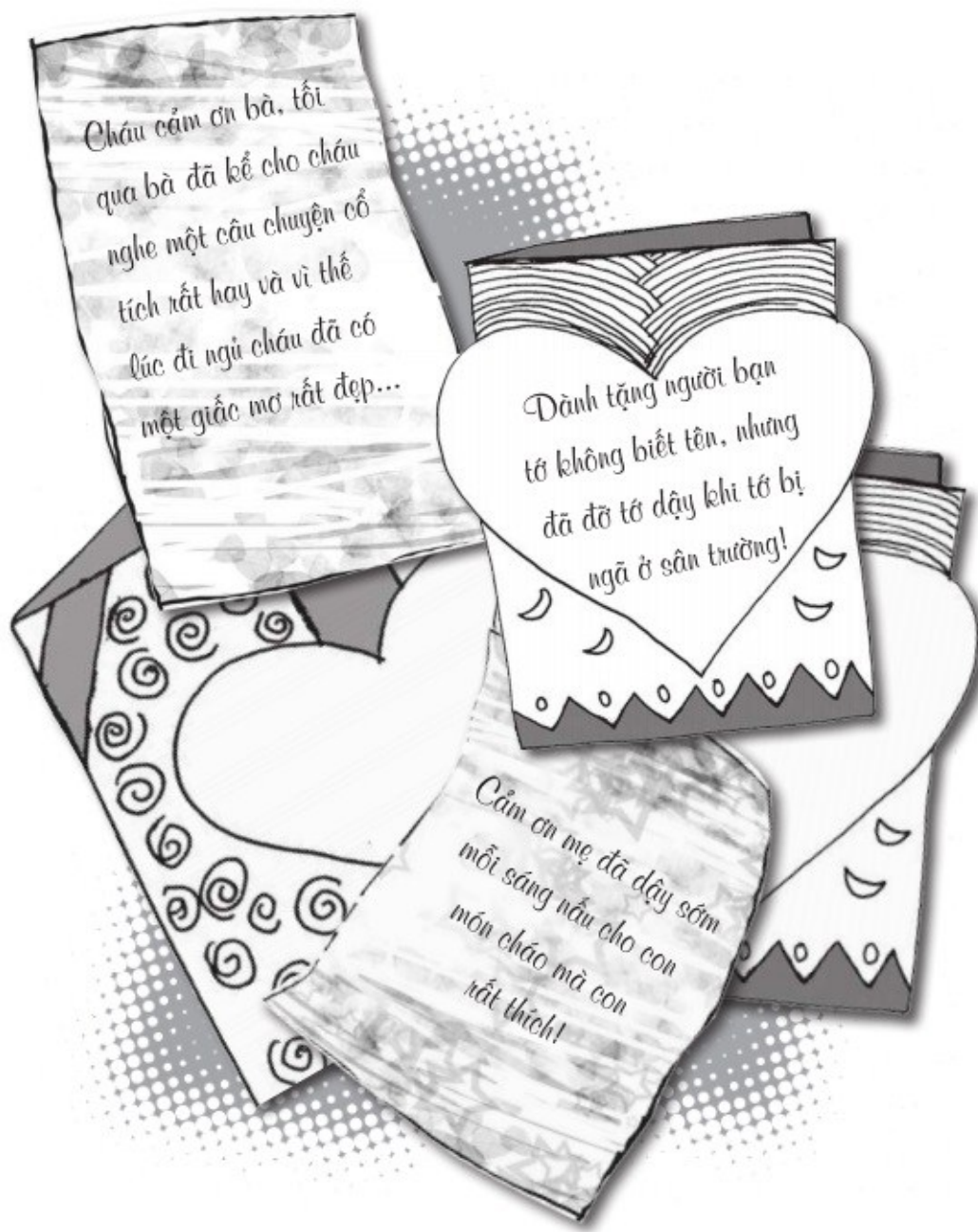
2. “Tôi xin cảm ơn...”

Với mỗi hình vẽ, em đóng vai người được giúp đỡ để nói một câu với người đã giúp mình.





3. Những lời đẹp ghi lên giấy đẹp



Em tự phục vụ
KHI EM CÓ LỖI

1. Mình có nên tự nhận lỗi không?

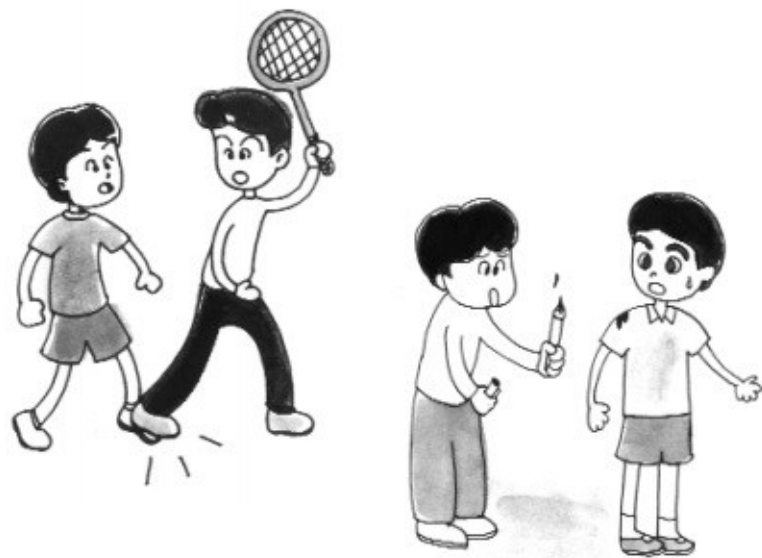
Các em thay phiên nhau đóng kịch câm: Sút bóng trúng cửa sổ làm vỡ kính, sau đó thì thế nào nhỉ? Em nghĩ ra và đóng tiếp.



Không ai thấy mình làm vỡ kính...

2. “Cho tôi xin lỗi...”

Em nói lời xin lỗi trong các trường hợp sau:



3. Điều em muốn nói...



Có điều gì đó em làm sai mà chưa nói được với bố mẹ, với ông bà, anh chị, hoặc thầy cô, các bạn... em hãy viết thành một bức thư ngắn gửi người đó nhé.

TỜ BÁO CỦA LỚP EM

CÁCH THỰC HIỆN

Yêu cầu

- HS tìm được sự đồng thuận để cùng ra một tờ báo của lớp.
- Biết cách làm việc nhóm để trình bày tờ báo một cách hiệu quả.

Cách tiến hành

1. Chuẩn bị để ra báo

- **Thảo luận để chuẩn bị ra báo:** Các em tự do phát biểu ý tưởng. GV gợi mở, bổ sung.
- **Phân công công việc:** Bầu ra ban biên tập. Phân công các bạn theo năng lực và sở thích. GV gợi ý thêm các việc: Viết bài, minh họa, trang trí, sưu tầm truyện vui, làm ô chữ...

GV chú ý phát huy năng lực của từng em để phân công cho hợp lý. Ban biên tập ghi chép để theo dõi công việc.

2. Trình bày tờ báo

GV chuẩn bị sẵn vật liệu, dụng cụ vừa tầm các em. HS làm việc theo tổ (nhóm).

3. Bình chọn, trao giải thưởng và củng cố, nhận xét

Mời các em bầu ra ban giám khảo gồm ba bạn. Ban giám khảo sẽ quyết định người đoạt giải thưởng báo tường của lớp.

Tùy GV ứng biến các loại giải, tuy nhiên số lượng giải thưởng nên từ ba trở xuống để ban giám khảo không bị “vất vả” quá.

1. Thảo luận để chuẩn bị ra báo

- Tên báo.
- Nội dung báo.
- Hình thức tờ báo.
- Tự phân công công việc của từng thành viên trong lớp.

2. chọn trao



Bình và giải

thưởng

- Lập ra ban giám khảo.
- Bình chọn bài viết hay nhất, hình vẽ ấn tượng nhất.
- Trao giải thưởng.

MỜI CÁC EM HỌC TIẾP BÀI 3!

Bài 3

EM TỰ

CÁCH THỰC

Loạt bài EM
bài, được thiết
như sau:

MẪU

Việc 1: Em có

gì khi việc học Tiếng Việt/Toán... ?

- HS bày tỏ những khó khăn mình gặp phải trong khi học. Ví dụ: Trong tiếng Việt, những âm nào khó không phát âm được, những nguyên âm đôi nào em chưa nhận diện được...
- Những HS khác tìm cách khắc phục giúp bạn.

Việc 2: Em nêu những ý thích của mình trong cách học các môn

- HS nêu ý thích riêng. Ví dụ em thích học môn Toán qua những câu đố vui, em thích đọc truyện về các nhà bác học và những phát minh của họ...
- Trình bày cho cả lớp xem cách học như thế nào.

Việc 3: Cùng cố

GV: Theo em tự học có nghĩa là thế nào?

HS: (Trả lời).

GV: Em có đợi bố mẹ thầy cô nhắc nhở mới học không?

HS: (Trả lời).

GV: Có phải tất cả chúng ta đều có cách học như nhau không?

HS: (Trả lời).

GV chốt lại: Tự học là tự giác học, biết cách học!

HỌC

HIỆN

TỰ HỌC có bốn
kế theo mẫu

gặp khó khăn



Hoạt động tự học

MÔN TIẾNG VIỆT

1. Cách học chung – Ý thích riêng – Cùng chia sẻ



- Tớ đọc chậm lắm, làm thế nào để đọc nhanh được bây giờ?
- Tớ hay quên luật chính tả lắm, có công thức chung nào không nhỉ?



Mình sẽ vẽ lại câu chuyện mới học.



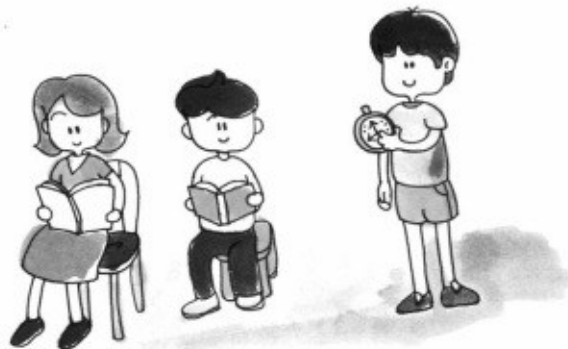
Đọc xong mình sẽ kể cho các bạn nghe!



Mình sẽ đọc cho các bạn nghe ba bài thơ!

2. Tự học Tiếng Việt thật vui

Thi đọc (đọc hoặc báo) và nói lại
Thi xem ai nhớ được hơn.



thầm) một đoạn (sách
nội dung mình đã đọc.
nhiều ca dao tục ngữ

Hoạt động tự

học

MÔN

TIẾNG

ANH

1. Cách học chung – Ý thích riêng – Cùng chia sẻ



You go ahead, then turn right.



Five little ducks went out one day...

2. Tiếng Anh lí thú

Hoạt
tự học



động

MÔN TOÁN

1. Cách học chung – Ý thích riêng – Cùng chia sẻ



Toán học thật thú vị!

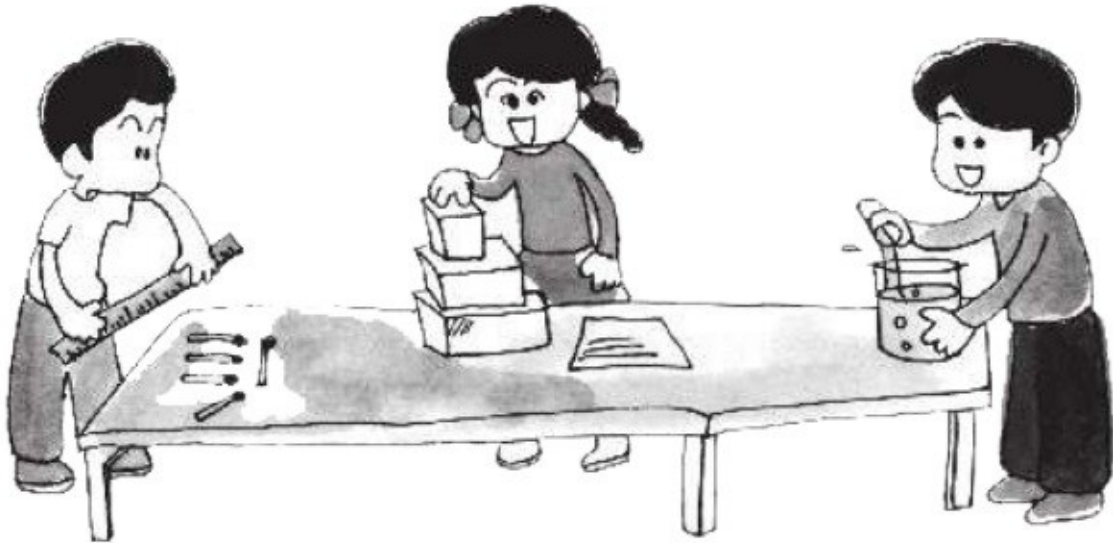


Số liệu điều tra về việc tự phục vụ sẽ rất vui!



Mình vừa tìm được mấy bài toán vui lắm!

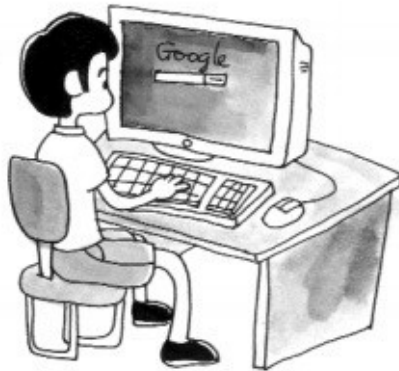
2. Vui học toán – toán học vui



Hoạt động tự học

MÔN TIN HỌC

1. Cách học chung - Ý thích riêng - Cùng chia sẻ



Ôi! Google còn nhanh hơn cả cô giáo mình!



Chuột này không sợ mèo nhá!

2. Em tự làm một trang báo trên máy tính



CUỐI LỚP 1, CHÚNG EM CÙNG NHAU TỰ ĐÁNH GIÁ

Tự nhận xét và nhận xét bạn

EM TỰ NHẬN XÉT

1. Em có thích tự phục vụ không? Hay là vẫn thích để người khác làm cho mình?
2. Việc gì em tự phục vụ tốt? Việc gì chưa tốt?

EM NHẬN XÉT BẠN

- 1. Em thấy bạn nào vẫn để người khác làm cho mình những việc có thể tự làm?**
- 2. Theo ý em, như thế là tốt hay không tốt?**

CUỘC THI CUỐI NĂM

Điều gì **VUI NHẤT** hoặc **KHÓ NHẤT**
khi thực hiện **TỰ PHỤC VỤ**?

Tự chọn:

1. Viết một lá thư gửi giáo viên nói về một điều vui thích nhất hoặc khó nhất khi em thực hiện **TỰ PHỤC VỤ**.
2. Viết thư gửi mẹ (hoặc gửi bố, ông, bà, anh chị...) kể về niềm vui khi em được **TỰ PHỤC VỤ**.
3. Vẽ một bức tranh nói lên được niềm vui và những gì có lợi khi em được **TỰ PHỤC VỤ**.

Tất cả các bài viết và tranh vẽ đều được các em đóng lại thành sách để lưu giữ làm kỉ niệm chung của lớp. Các em cũng có thể lưu lại dưới dạng điện tử (gõ và lưu thành file *.doc* hoặc chụp scan rồi lưu lại dưới dạng file *.bmp*).

Gọi là cuộc thi, nhưng không có em nào trượt, em nào đỗ, tất cả các bài đều được coi là sự thành công của các em sau một năm được tự nói lên những suy nghĩ của mình. Chúc các em có một kỉ niệm đẹp!

Tạm biệt các em!
Hẹn gặp lại ở lớp 2!



1. Peavey hoặc peavy – phát âm “pi-vi” – một công cụ để làm với gỗ cây, đầu sắt nhọn như của chiếc xà beng, tay cầm dài bằng gỗ, ở đầu lại có thêm một vòng sắt để móc và đẩy thân cây gỗ. Xin coi hình vẽ trong từ điển Webster. (ND chú thích). Hiệp hội thể thao Các trường đại học trong nước. Cục Quản lý ô tô. Pierre Auguste Renoir (1841-1919): Họa sĩ nổi tiếng của Pháp, thuộc trường phái ấn tượng. Hiệp hội Bóng rổ Quốc gia. Yonkers: Thành phố ngoại vi thành phố New York về phía Bắc, ven sông Hudson. Steve McQueen (1930-1980): Diễn viên điện ảnh Mỹ, đã sáng tạo nên những nhân vật cô đơn lắm lý, mạnh mẽ và nổi tiếng vì những pha nguy hiểm. NYPD: Sở Cảnh sát New York. Thương hiệu của các bản nhạc nền thường phát tại nhà hàng, thang máy... và các nơi công cộng khác. The Clash: Ban nhạc punk rock của Anh, thành lập năm 1976 và giải tán năm 1985. Là một trong các ban nhạc có ý nghĩa và năng động nhất trong dòng nhạc rock. Thổ dân Bắc Mỹ, ban đầu định cư ở thung lũng sông Hudson, ngày nay nhiều người Iroquois sinh sống tại các khu vực thành thị. Stevie Ray Vaughan: Ca sĩ và nhạc công guitar nổi tiếng của Mỹ, là siêu sao trước khi tử nạn trong vụ rơi máy bay năm 1990. Nhân vật chính trong bộ phim cùng tên của đạo diễn Mỹ Steven Bochco (sinh năm 1943). Một loại ma túy tạo cảm giác kích thích và giải tỏa ức chế, công thức C11H15NO2. Một trong những chương trình truyền hình được hâm mộ nhất của Nữ hoàng Truyền hình Mỹ Winfrey Oprah, bắt đầu từ năm 1996. Mỗi năm vài lần, chương trình này tập trung vào cuốn sách do Winfrey chọn. Cục Điều tra Liên bang Mỹ. Cục Rượu, Thuốc lá và Súng. Davis Letterman (sinh năm 1947): Ngôi sao truyền hình Mỹ, dẫn chương trình giải trí và thảo luận giờ khuya từ năm 1982. Martha Stewart (sinh năm 1941): Nữ doanh nhân Mỹ, trả lời những câu hỏi về giải trí, nấu ăn trong chương trình The Early Show trên truyền hình. Oprah Winfrey: Sinh năm 1954, ngôi sao truyền hình Mỹ, đã giành nhiều giải Emmy. Yếu tố thành công chính trong các chương trình của Oprah là khả năng kết nối tuyệt vời, đầy cảm xúc của bà với khách mời. Thương hiệu của một loại vải tổng hợp mỏng và bền. Diễn viên điện ảnh Mỹ. Đội Phản ứng nhanh. Hội đồng Trọng tài. Liên đoàn Dân chính. Hội Ireland. Ủy ban Kiểm soát ma túy. Bộ Tư pháp. Cục Điều tra Liên bang. Ủy mị, cổ lỗ sĩ. Trong truyện cổ tích, nàng tiên mỗi lần lấy đi một cái răng sữa lại để một món tiền hoặc quà dưới gối cho trẻ em. Cục bắc của thành phố New York. Công ty âm nhạc đặt trụ sở tại Detroit, rất nổi tiếng trong các thập kỷ 1960 và 1970, chuyên về các loại nhạc pop, soul và nhà thờ. Lance Armstrong (sinh năm 1971): Vận động viên đua xe đạp nổi tiếng của Mỹ, là người lập kỷ lục 17 lần giành giải quán quân tại cuộc đua Tour de France. Cầu

thủ bóng đá nổi tiếng của Mỹ. Trùm mafia, nhân vật chính trong tiểu thuyết Bồ già của Mario Pulzo và bộ phim nổi tiếng, cùng tên của đạo diễn Francis Ford Coppola. Diễn viên Marlon Brando giành giải Oscar Nam diễn viên xuất sắc nhất vì vai này. Một trong hai thương hiệu máy tính xách tay đầu tiên, nổi tiếng của Mỹ trong thập niên 1990. Diễn viên Mỹ, đóng vai trung uý trong phim Viên trung uý tha hóa (năm 1992). Julia Child (1912-2004): Chuyên gia nấu ăn, là tác giả và đạo diễn truyền hình Mỹ. Bà dạy nấu các món ăn Pháp qua sách vở và các chương trình truyền hình. Nữ diễn viên điện ảnh nổi tiếng của Australia, sinh năm 1967, từng hai lần giành giải Quả cầu vàng và giải Oscar về diễn xuất. Tổng thống Mỹ đương nhiệm. Calvin Klein: Nhà thiết kế thời trang nổi tiếng của Mỹ, sinh năm 1942 Robert Frost (1874-1963): nhà thơ Mỹ, người đã tôn vinh phong cảnh đồng quê New England và ngôn ngữ New England. Frank Borman, một trong bốn phi hành gia trên con tàu vũ trụ Apollo 8 của Mỹ, phóng ngày 21 tháng Mười hai năm 1968. Phim của đạo diễn Wiseman, công chiếu năm 1969. Món bánh của Mexico, nhồi pho mát, thịt... rồi nướng. Bà (tiếng Ý trong nguyên bản). Loại rượu vang của miền Trung nước Ý. Ông (tiếng Ý trong nguyên bản). Vâng, phải (tiếng Ý trong nguyên bản). Vùng bắc Ý, trung tâm văn hoá thời Phục hưng. Frank Sinatra (1915-1998): Ca sĩ, diễn viên điện ảnh Mỹ gốc Ý, là một trong những nghệ sĩ nổi tiếng nhất trong thế hệ ông. Norman Rockwell (1918-1980): Họa sĩ Mỹ. Khu vực phía tây Manhattan, New York, nổi tiếng vì nhiều studio và gallery nghệ thuật. Cà phê sữa sủi bọt, thêm sôcôla bột hoặc quế. Bảo tàng Mỹ thuật do anh em nhà công nghiệp và hảo tâm Guggenheim thành lập năm 1939 ở New York. MOMA: Bảo tàng Mỹ thuật Hiện đại ở New York (Các chú thích của người dịch). Cancún: Khu nghỉ dưỡng trên bờ biển đông bắc Quintana Roo, Mexico. Tạm dịch: Nước nhà dù hưng thịnh hay suy vong thì người đàn ông bình thường cũng phải có trách nhiệm. Nghệ nhân nổi tiếng trong lĩnh vực bình thư - kể chuyện dài, một hình thức văn nghệ dân gian của Trung Quốc. Trương Tín Triết (1967) ca sĩ nổi tiếng người Đài Loan. Trong tiếng Trung, từ “gà” có nghĩa bóng là gái bán hoa. Bậc tiểu học của Trung Quốc từ lớp 1 đến lớp 6, bậc THCS từ lớp 7 đến lớp 9. (1) : Cổ Hoạc Tử (tạm dịch: Đứa nhóc hư) là bộ truyện tranh của Hồng Kông. (2) : Tên một loại nước ngọt đóng chai sản xuất vào những năm 1980 ở Trung Quốc. (3) : Tứ đại thiên vương là tên gọi thân mật của những người hâm mộ dành cho 4 ca sĩ, diễn viên Hồng Kông trẻ nổi tiếng cuối thập niên 1980 - đầu thập niên 1990; gồm Trương Ngọc Hữu (hát hay nhất), Quách Vũ Thành (nhảy đẹp nhất), Lưu Đức Hoa (diễn xuất hay nhất), Lê Minh (Phong độ, đẹp trai nhất).

(4) : Tiểu hổ đội gồm ba thành viên Ngô Kỳ Long, Trần Chí Bằng và Tô Hữu Bằng, là ban nhạc nổi tiếng của Đài Loan cuối thập kỷ 80, đầu thập kỷ 90 thế kỷ XX. (5) : Cuộc thi tiếng hát truyền hình hay thần tượng âm nhạc dành cho nữ sinh do đài truyền hình Hồ Nam tổ chức từ năm 2004 đến 2006. Chu Hoa Kiện (1960) là một ca sĩ trong làng nhạc Hoa ngữ Hồng Kông. Một loại hormone do cơ thể sản xuất ra khi bạn sợ hãi, tức giận hay thích thú, cái mà làm cho nhịp tim đập nhanh hơn và cơ thể chuẩn bị cho những phản ứng chống lại sự nguy hiểm. Nữ nhà văn chuyên sáng tác dòng tiểu thuyết tình cảm của Đài Loan. Là một loại rượu vang được lên men từ quả nho hoặc nước quả nho, ngoài ra còn có thể được làm từ một số loại trái cây khác. Saint Seiya là bộ tranh truyện nổi tiếng của tác giả Masami Kurumada (Nhật Bản). Còn có tên là Bạch quả là loài cây thân gỗ duy nhất còn sinh tồn trong chi Ginkgo, họ Ginkgoales. Ban liên lạc là một bộ phận quan trọng của Hội sinh viên trong các trường đại học ở Trung Quốc. Nhiệm vụ chính của ban liên lạc là liên lạc với các tổ chức, đơn vị bên ngoài để xin tài trợ kinh phí cho Hội sinh viên và các hoạt động của hội. Trần Tâm phiên âm tiếng Trung là Chen Xun. Lão xá (1899 - 1966), tên thật là Thư Khánh Xuân, tự Xá Dư, là một nhà sáng tác tiểu thuyết và kịch của Trung Quốc. Đề tài khai thác chủ yếu của ông là viết về học sinh, trí thức và thị dân ở Bắc Kinh. Trà Quán là một trong hai tác phẩm nổi tiếng nhất của ông. Nữ nhà văn chuyên sáng tác dòng tiểu thuyết tình cảm của Đài Loan. Trung Quốc có tục lệ sờ khi đá đầu năm để tránh mọi bệnh tật, trừ tà. Hay chính là Tân Tây du kí là một cặp hai phim Hồng Kông của đạo diễn Lưu Trấn Vĩ phỏng theo bộ tiểu thuyết kinh điển Tây du kí của nhà văn Ngô Thừa Ân, cả hai bộ phim đều được công chiếu năm 1995 và nhận được phản ứng tích cực từ cả công chúng và giới phê bình. Vương Phi (1969) là một nữ ca sĩ, nhạc sĩ, diễn viên, người mẫu của Hồng Kông. Cô là một thần tượng tại khắp Trung Quốc, Đài Loan, Hồng Kông, Singapore, Malaysia, Indonesia, Nhật Bản và nhiều quốc gia khác. Châu Huệ Mẫn (1967) là ca sĩ, diễn viên được yêu mến ở Hồng Kông. Nàng công chúa có sức mạnh thần kì trong một bộ phim hoạt hình của Mỹ được công ti Filmation sản xuất năm 1985. Là ca sĩ nhạc pop Trung Quốc. Cô nhanh chóng nổi tiếng khi giành giải quán quân trong cuộc thi Super Girls năm 2005. MC nổi tiếng của đài truyền hình Trung ương Trung Quốc. Vị thuốc Bắc dùng để giải nhiệt, tiêu độc, phòng bệnh. Trích trong câu thơ “Tầng kinh thương hải nan vì thủy, trừ khước Vu Sơn bất thị vân” của nhà thơ Nguyên Chấn, ý muốn nói rằng đã yêu một người sâu sắc thì rất khó có thể quên. Tên Phương Hồi phiên âm tiếng Trung là Fang Hui, Thẩm Hiểu Đường phiên âm tiếng Trung là Shen

Xiao Tang. Nhân vật võ hiệp truyền thuyết sống ở cuối nhà Minh, đầu nhà Thanh của Trung Quốc. Rau thì là có âm Hán Việt là hồi hương. Jeanne d'Arc (1412 – 1431) là một nữ anh hùng người Pháp trong cuộc Chiến tranh Trăm năm giữa Pháp và Anh. Ngày 16 tháng 5 năm 1920, Jeanne d'Arc được Giáo hoàng Biển Đức XV chính thức phong thánh và là thánh quan thầy Giáo hội nước Pháp. Một loại rượu truyền thống uống trong dịp Giáng Sinh làm từ rượu vang đỏ pha với nhiều loại gia vị khác nhau và đun nóng lên. 8\.

Fred, Wilma, Barney là các nhân vật trong series phim hoạt hình lấy bối cảnh thời đồ đá The Flintstones (từng được chiếu ở Việt Nam với tên Gia đình Flintstones). 9\.

Obi-Wan Kenobi, Darth Vader: Các nhân vật trong Star Wars. 10\.

Ở đây chơi chữ 'partially absent' - có nghĩa là nghỉ nửa buổi, trong trường hợp này còn có thể hiểu là 'nghỉ một nửa người'. 11\.

Từ 'pead' - đã để hạt đậu lên đồng âm với 'peed' - đã tè lên 1\.

Nguyên văn: cousins once removed: từ để chỉ những người họ hàng cách một đời, dịch từng chữ có thể hiểu là “họ hàng từng bị cắt bỏ”. [Mọi chú thích đều của người dịch]. 2\.

Trong tiếng Anh, “dye” có nghĩa là “nhuộm”, đồng âm với “die” có nghĩa là “chết”. 3\.

Trong nguyên tác “Below C level” - dưới điểm C, nhưng “C level” đồng âm với “sea level” có nghĩa là “mực nước biển”. 4\.

Troll: sinh vật trong truyện cổ các nước Scandinavi. 5\.

Giant: sinh vật thường có mặt trong truyện cổ châu Âu. Khác với cyclop là khổng lồ một mắt trong thần thoại Hy Lạp 6\.

Series truyền hình nhiều tập của Mỹ theo dấu các cảnh sát trong các hoạt động nghiệp vụ của họ 7\.

Heimlich là thủ thuật dùng để cấp cứu khi có dị vật lọt vào đường thở và choán gần hết diện tích của đường thở. Nguyên tắc của Heimlich là tạo 1 lực tác động mạnh, đột ngột vào 2 buồng phổi bằng cách vỗ từ lưng hoặc ép vào cơ hoành, mục đích tạo ra một áp lực lớn đột ngột trong đường hô hấp đẩy dị vật ra ngoài. Tên thủ thuật được đặt theo tên của người đã sáng tạo ra nó, Henry Jay Heimlich MD, một bác sĩ người Mỹ. 1

Déjà vu (phiên âm tiếng Anh: /deʒə vu/ nghe; phiên âm tiếng Pháp [deʒa vy] nghe, 'đã nhìn thấy'; hay còn gọi là ký ức ảo giác, từ 'para' trong tiếng Hy Lạp là παρα, kết hợp với từ μνήμη 'mnēmē' là 'memory - trí nhớ, ký ức') hoặc promnesia (chứng rối loạn trí nhớ), là ảo giác, cảm thấy quen thuộc (như đã từng thấy, từng trải qua trong trí nhớ) trong một môi trường, khung cảnh mới, chưa từng biết trước đó hoặc không nhớ rõ lúc nào. Đây có thể là những trải nghiệm của một cảm giác chắc chắn rằng đã từng chứng kiến hay đã sống qua một hoàn cảnh đã xảy ra trước đây (một người cảm thấy sự kiện đang xảy ra này đã từng xảy ra trong quá khứ không lâu), mặc dù không thể biết chắc chắn các trường hợp

linh cảm ấy đã xảy ra lúc nào. Charles Xavier: Một nhân vật trong bộ phim X-Men (Dị Nhân), có khả năng đọc suy nghĩ của người khác. 1. Chỉ lời tuyên thệ thường được đọc trong các buổi lễ của người Mỹ với nội dung: “Tôi xin thề trung thành với lá cờ của Hợp chủng quốc Hoa Kỳ và với nền cộng hòa mà lá cờ đại diện. Một quốc gia dưới Thượng đế, không bị chia cắt, với tự do và công lý cho mọi người.” (theo Wikipedia) 2. Đơn vị tiền tệ thời Hy Lạp cổ đại.

Chia sẻ ebook: <http://downloadsach.com>

Follow us on Facebook: <https://facebook.com/caphebuoitoi>