

**KHUNG CHƯƠNG TRÌNH GIÁO DỤC KỸ NĂNG SỐNG
CẤP TRUNG HỌC CƠ SỞ**

Thời lượng chương trình: 35 tiết/năm học, 1 tiết/tuần, 45 phút/tiết.

KHỐI 6

THÁNG	TUẦN	TÊN BÀI HỌC	MỤC TIÊU	TIẾT
8/2025	4	Nhập môn KNS	<ul style="list-style-type: none"> - Hiểu ý nghĩa của môn KNS và tầm quan trọng của KNS đối với HS. - Những kỹ năng cần thiết để trang bị cho bản thân. 	1
9/2025	1	Thích ứng môi trường mới	<ul style="list-style-type: none"> - Hs làm quen với những điều mới lạ như: Thầy cô giáo mới, bạn bè mới, thêm các môn học mới, các yêu cầu mới..... - Rèn luyện học sinh kỹ năng thích ứng như cách ứng xử, mạnh dạn chia sẻ và tìm kiếm sự hỗ trợ từ mọi người xung quanh. 	2
	2	Học giỏi không khó	<ul style="list-style-type: none"> - Biết được ý nghĩa việc học tập. - Biết những phương pháp học tập hiệu quả. 	3 - 4
	3		<ul style="list-style-type: none"> - Biết cách tạo động lực trong học tập. 	
	4	Chủ điểm: An Toàn Giao Thông	<ul style="list-style-type: none"> - Hình thành và duy trì thói quen tuân thủ luật lệ khi tham gia giao thông. 	5
10/2025	1	Tuổi dậy thì và những điều khó nói.	<ul style="list-style-type: none"> - Biết được những thay đổi trong cơ thể khi đến tuổi vị thành niên để không ngỡ ngàng. - Những bí quyết giúp cơ thể phát triển tốt và đẹp. 	6

CHƯƠNG TRÌNH GIÁO DỤC KỸ NĂNG SỐNG CÔNG TY ICHI SKILL

	4	Cảm thông và chia sẻ trong gia đình	<ul style="list-style-type: none"> - Học sinh biết được cảm thông và chia sẻ là gì - Biết được tầm quan trọng của việc cảm thông và chia sẻ trong gia đình - Bí quyết chia sẻ những điều muốn nói. 	13
12/2025	1	Trải nghiệm sáng tạo STEM Em yêu khoa học (Tiết 1 - 2)	- Học sinh vận dụng các kiến thức về tính chất của cacbon, thẩm thấu, khuếch tán...	14
	2		<ul style="list-style-type: none"> - Biết chế tạo sản phẩm theo bản vẽ, thử nghiệm sản phẩm. - Biết giới thiệu và thực nghiệm sản phẩm. 	15
	3	Ôn tập học kì 1	- Nhắc lại những kỹ năng đã học bằng những thử thách.	16
	4	Kiểm tra học kì 1	- Kiểm tra đánh giá học kỳ I.	17
01/2026	1	Giao tiếp hiệu quả.	<ul style="list-style-type: none"> - HS biết được những nguyên tắc trong giao tiếp để dễ dàng trình bày suy nghĩ, ý kiến của mình với người khác. - Rèn luyện kỹ năng lắng nghe trong giao tiếp. 	18
	2	Phòng tránh xâm hại tình dục. (Tiết 1 – 2)	- HS biết phân biệt các hình thức xâm hại tình dục, hiểu được hậu quả của vấn nạn xâm hại tình dục.	19
	3		- HS hiểu các phương pháp chăm sóc sức khỏe và các cách phòng tránh bị xâm hại tình dục.	20
	4	Chủ điểm: Tết yêu thương.	- HS hiểu được ý nghĩa ngày Tết cổ truyền Việt Nam.	21

CHƯƠNG TRÌNH GIÁO DỤC KỸ NĂNG SỐNG CÔNG TY ICHI SKILL

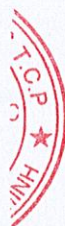
	4	Đọc sách thú vị	<ul style="list-style-type: none"> - HS biết được tầm quan trọng của việc đọc sách. - Biết được lựa chọn sách phù hợp. - Bí quyết đọc sách hiệu quả. 	29
4/2026	1	Dự án chung: “Ước mơ diệu kỳ” (Tiết 1 – 2 – 3)	<ul style="list-style-type: none"> - HS bày tỏ ước mơ của mình. - Phân chia nhóm, phân công nhiệm vụ. - Lên kế hoạch cho nhóm. - Làm sản phẩm: video, bài phỏng vấn, thuyết trình, talkshow... 	30
	2		<ul style="list-style-type: none"> - Báo cáo tiến độ công việc của nhóm. - Trình bày sản phẩm của nhóm. 	31
	3		<ul style="list-style-type: none"> - Tự nhận xét- đánh giá. - Tổng kết. 	32
	4		Chủ điểm: Xử lý tình huống khi gặp hoả hoạn.	<ul style="list-style-type: none"> - HS nhận diện được tình huống có nguy cơ xảy ra cháy nổ. - Biết cách sử dụng các thiết bị chữa cháy. - Xử lý tình huống và thoát nạn, thoát hiểm đúng cách khi gặp hoả hoạn.
5/2026	1	Ôn tập	<ul style="list-style-type: none"> - Nhắc lại những kỹ năng đã học bằng những thử thách. 	34
	2	Đánh giá cuối năm	<ul style="list-style-type: none"> - Kiểm tra đánh giá cuối năm. 	35

KHỐI 7

THÁNG	TUẦN	TÊN BÀI HỌC	MỤC TIÊU	TIẾT
8/2025	4	Nhập môn KNS	<ul style="list-style-type: none"> - HS hiểu ý nghĩa của môn KNS và tầm quan trọng của KNS đối với HS. 	1

	4	Phòng tránh bạo lực học đường.	<ul style="list-style-type: none"> - HS hiểu được hậu quả của bạo lực học đường, biết các nguyên nhân dẫn đến bạo lực học đường. - HS phân biệt được các hình thức bạo lực học đường và cách phòng tránh. 	9
11/2025	1	Trải nghiệm sáng tạo	<ul style="list-style-type: none"> - HS biết được Robot là gì. - Lợi ích của robot trong đời sống. - Trải nghiệm tự làm robot. 	10
	2	Tri ân ngày Nhà giáo Việt Nam.	<ul style="list-style-type: none"> - HS hiểu sâu sắc về ý nghĩa ngày Nhà giáo Việt Nam. - HS tri ân thầy cô bằng việc làm cụ thể. 	11
	3		<ul style="list-style-type: none"> - HS biết cách tìm đúng nguồn tra cứu thông tin. 	12
	4	Sử dụng Internet thông minh. (Tiết 1 – 2)	<ul style="list-style-type: none"> - Xây dựng văn hoá giao tiếp trên internet. - Nhận biết các thông tin không chính thống và các trò lừa đảo trên mạng. 	13
12/2025	1	Kỹ năng làm việc nhóm hiệu quả. (Tiết 1 – 2)	<ul style="list-style-type: none"> - HS hiểu được các nguyên tắc khi làm việc nhóm. - Biết cách phân chia công việc cho các thành viên trong nhóm. 	14
	2		<ul style="list-style-type: none"> - Có kỹ năng hình thành và phát triển nhóm, kỹ năng tổ chức công việc 	15
	3	Ôn tập Học kì I	<ul style="list-style-type: none"> - Nhắc lại những kỹ năng đã học bằng những thử thách. 	16
	4	Kiểm tra Học kì I	<ul style="list-style-type: none"> - Kiểm tra đánh giá học kỳ I. 	17
01/2026	1	Kỹ năng điều chỉnh cảm xúc cá nhân	<ul style="list-style-type: none"> - HS biết được những cảm xúc cơ bản của con người và vì sao phải điều chỉnh cảm xúc cá nhân. 	18

3/2026		trường không rác thải nhựa”. (Tiết 1 – 2)	- Lập kế hoạch cho nhóm. - Triển khai và bắt đầu thử thách: “15 ngày không dùng chai nhựa”.	
	2		- Làm những sản phẩm tái chế từ rác thải nhựa. - Báo cáo tiến độ công việc cũng như những khó khăn cần được giúp đỡ. - Trình bày sản phẩm của nhóm. - Kết thúc thử thách “ 15 ngày không dùng chai nhựa” - Tự nhận xét và đánh giá.	27
			- HS biết được khái niệm vết thương, phân loại vết thương.	
	3	Sơ cứu vết thương cơ bản	- Biết được các bước sơ cứu vết thương. - Thực hành sơ cứu vết thương.	28
	4	Tình bạn “Thời công nghệ.”	- HS Biết được một số văn hoá hội nhập trên thế giới. - Cách giao tiếp với bạn bè trên MXH. - Những điều nên và không nên khi kết bạn trên MXH.	29
4/2026	1	Là người thành thật.	- HS hiểu được ý nghĩa của sự thành thật. - Hình thành và duy trì thói quen thành thật trong cuộc sống và học tập.	30
	2	Kỹ năng tổ chức hoạt động tập thể	- HS biết được vai trò của cá nhân trong một tập thể. - Hiểu được cách tổ chức các hoạt động tập thể, cách đưa ra những giải pháp xây dựng tập thể đoàn kết.	31



	2	Hình thành và duy trì thói quen tích cực. (Tiết 1 – 2)	<ul style="list-style-type: none"> - Hình thành những thói quen tốt hàng ngày. - Bí quyết duy trì những thói quen tốt. 	
	3	Thư giãn đúng cách.	<ul style="list-style-type: none"> - HS biết được thư giãn đúng cách là gì. - Những cách thư giãn phù hợp, giúp giải toả được căng thẳng trong học tập và cuộc sống. 	4
	4	Vượt lên chính mình. (Tiết 1 – 2)	<ul style="list-style-type: none"> - HS biết được vượt lên nỗi sợ của bản thân là gì. - Rèn luyện những phương pháp để vượt lên nỗi sợ. 	5 – 6
	1		<ul style="list-style-type: none"> - Chinh phục những khó khăn. 	
10/2025	2	Chủ điểm: Những người phụ nữ tuyệt vời	<ul style="list-style-type: none"> HS biết ghi nhớ công ơn, tôn trọng những người phụ nữ cao quý. - Hs biết cách thể hiện tình yêu thương kính trọng, yêu thương người phụ nữ quanh mình. 	7
	3	Tôn trọng người lao động	<ul style="list-style-type: none"> - HS nhận diện được giá trị của các nghề trong xã hội. - Thể hiện được thái độ tôn trọng đối với lao động nghề nghiệp khác nhau. 	8
	4	Tình bạn khác giới và tình yêu.	<ul style="list-style-type: none"> - HS hiểu về tình bạn khác giới. - Những điều nên và không nên trong tình bạn khác giới. - HS hiểu có nên yêu ở độ tuổi học trò? 	9

CHƯƠNG TRÌNH GIÁO DỤC KỸ NĂNG SỐNG CÔNG TY ICHI SKILL

			<ul style="list-style-type: none"> - Biết cách làm chủ cảm xúc và tình cảm của mình. - Những bí quyết giúp cơ thể phát triển tốt và đẹp. 	
	3	Ôn tập học kì 1	- Nhắc lại những kỹ năng đã học bằng những thử thách.	16
	4	Kiểm tra Học kì 1	- Kiểm tra đánh giá học kỳ I.	17
	1	An toàn du lịch vùng núi	<ul style="list-style-type: none"> - HS biết được các rủi ro có thể xảy ra khi đi du lịch vùng núi. - Biết quản lý thời gian vui chơi và nghỉ dưỡng để chuyến đi thuận lợi, an toàn. 	18
	2	Teambuilding.	- Vận dụng kỹ năng đoàn kết, làm việc nhóm thông qua các trò chơi trong lớp và sân trường.	19
01/2026	3	KN tổ chức sự kiện.	<ul style="list-style-type: none"> - HS biết lên kế hoạch toàn diện cho 1 chương trình. (nhân sự - kinh phí - phân chia công việc) - Những kỹ năng cần có của một người làm sự kiện. - Trải nghiệm thực hành tại lớp. 	20
	4	Chủ điểm: Tết yêu thương.	<ul style="list-style-type: none"> - HS hiểu được ý nghĩa ngày Tết cổ truyền Việt Nam. - HS biết được các phong tục tập quán trong ngày Tết. 	21
02/2026	1	Kỹ năng Lập kế hoạch	<ul style="list-style-type: none"> - HS hiểu được lập kế hoạch là gì. - Biết phân chia kế hoạch ra thành từng mốc thời gian ngắn. 	22

N.03
 C
 C
 IAO D
 CÔN
 KCH
 VH PH

	4		<ul style="list-style-type: none"> - Vẽ thiết kế sản phẩm. - Biết chế tạo sản phẩm theo bản vẽ, thử nghiệm sản phẩm. - Biết giới thiệu và thực nghiệm sản phẩm. 	
	1	Kỹ năng Tư duy độc lập	<ul style="list-style-type: none"> - HS biết được tư duy độc lập là gì. - Biết được biểu hiện của người có tư duy độc lập. - Biết được các bước giải quyết vấn đề một cách độc lập. 	30
	2	Kỹ năng quan sát và điều chỉnh bản thân	<ul style="list-style-type: none"> - HS hiểu được một số yêu cầu, biện pháp quan sát và điều chỉnh bản thân cho phù hợp với các tình huống xảy ra trong học tập và cuộc sống. - Biết được hậu quả của việc thiếu kỹ năng quan sát và điều chỉnh bản thân. 	31
4/2026	3	Sống có trách nhiệm	<ul style="list-style-type: none"> - HS biết được sống có trách nhiệm là gì. - Biết được cách làm như thế nào để trở thành người sống có trách nhiệm với bản thân, gia đình và xã hội. 	32
	4	Vượt qua nỗi sợ	<ul style="list-style-type: none"> - HS biết nhận diện nỗi sợ của bản thân trong cuộc sống. - Xác định được nguyên nhân gây ra nỗi sợ. - Biết hậu quả của nỗi sợ và cách vượt qua sợ hãi. 	33
5/2026	1	Ôn tập HK II	<ul style="list-style-type: none"> - Ôn tập lại những kiến thức đã học bằng nhiều thử thách. 	34

	4		<ul style="list-style-type: none"> - HS biết cách định hướng nghề nghiệp cho tương lai của mình. 	
	1	Định hướng nghề nghiệp. (Tiết 1 – 2)	<ul style="list-style-type: none"> - HS biết những năng lực tư duy của bản thân liên quan đến nghề nghiệp nào. - Biết những môn học sở trường để đầu tư học phân ban cho hợp lý. - HS biết những điều nên và không nên trong lựa chọn nghề nghiệp. 	5 – 6
	2	Chủ điểm: Những người phụ nữ tuyệt vời	<ul style="list-style-type: none"> - HS biết ghi nhớ công ơn, tôn trọng những người phụ nữ xung quanh mình. - HS biết cách thể hiện tình yêu thương kính trọng người phụ nữ. 	7
10/2025	3	Quản lý tài chính hiệu quả. (Tiết 1 – 2)	<ul style="list-style-type: none"> - HS biết cách sử dụng tiền thông minh, tiết kiệm tiền theo phương pháp những chiếc hũ thông minh. 	8-9
	4		<ul style="list-style-type: none"> - HS biết cách phòng tránh các thói quen lãng phí trong chi tiêu. - Biết cách kiểm soát thói quen “ mua đồ trên mạng”. 	
11/2025	1	Trải nghiệm sáng tạo	<ul style="list-style-type: none"> - HS hiểu được một số nguyên tắc khi sáng chế một vật dụng. - Biết kết hợp các yếu tố khoa học, kỹ thuật, toán học, công nghệ với nhau. - Biết được lợi ích từ các vật dụng tái chế. 	10
	2	Tri ân ngày Nhà giáo Việt Nam.	<ul style="list-style-type: none"> - HS hiểu sâu sắc về ý nghĩa ngày Nhà giáo Việt Nam. 	11

	3	Tự tạo động lực	<ul style="list-style-type: none"> - HS hiểu được như thế nào là tự tạo động lực. - Nắm được các phương pháp tạo động lực cho bản thân. - Biết cách tạo động lực cho chính bản thân mình. 	20
	4	Chủ điểm: Tết yêu thương.	<ul style="list-style-type: none"> - HS hiểu được ý nghĩa ngày Tết cổ truyền Việt Nam. - HS biết được các phong tục tập quán trong ngày Tết. 	21
	1	Tư duy phản biện.	<ul style="list-style-type: none"> - HS biết thế nào là tư duy phản biện, ý nghĩa của tư duy phản biện trong cuộc sống, học tập và làm việc. - HS biết các yếu tố cần thiết để phát triển tư duy phản biện. 	22
02/2026	2	Teambuilding.	<ul style="list-style-type: none"> - Vận dụng kỹ năng đoàn kết, làm việc nhóm thông qua các trò chơi trong lớp và sân trường. 	23
	3	Kỹ năng thay đổi để thích nghi	<ul style="list-style-type: none"> - Hiểu về sự thay đổi trong cuộc sống. - Phương pháp thích nghi hiệu quả trong cuộc sống, công việc. 	24
	4	Động lực để học tập	<ul style="list-style-type: none"> - HS hiểu được như thế nào là động lực học tập. - Biết được ý nghĩa của việc xác định động cơ học tập. - Xác định và xây dựng động lực học tập cho bản thân. 	25
	1	Vượt qua áp lực	<ul style="list-style-type: none"> - HS hiểu về những áp lực của mình gặp phải trong học tập và cuộc sống. - Phương pháp giải tỏa áp lực hiệu quả. 	26

CHƯƠNG TRÌNH GIÁO DỤC KỸ NĂNG SỐNG CÔNG TY ICHI SKILL

	3	Bản đồ cuộc đời.	<ul style="list-style-type: none"> - HS biết cách lên kế hoạch cuộc đời của chính mình. - Xác định đam mê của mình và nuôi dưỡng đam mê đó. 	32
	4	KN giải quyết vấn đề.	<ul style="list-style-type: none"> - HS hiểu ý nghĩa giải quyết vấn đề hiệu quả. - Phương pháp giải quyết vấn đề hiệu quả. 	33
5/2026	1	Ôn tập HK II	- Ôn lại những kỹ năng đã học bằng những thử thách.	34
	2	Đánh giá HK II	- Kiểm tra để nhận biết sự tiếp nhận của học sinh về các kỹ năng ở mức độ nào.	35



Cố Vấn Cao Cấp - GD Chuyên Môn
TS. Nguyễn Văn Hùng