

# CHƯƠNG TRÌNH KỸ NĂNG SỐNG POKI TIỂU HỌC – 35 TIẾT



STT	Tuần	Tên bài
1	1	Kỹ năng tự giới thiệu
2	2	Cách ghi nhớ tên người khác
3	3	Chuẩn bị sách vở và đồ dùng học tập
4	4	An toàn giao thông - Đi bộ an toàn (Tiết 1)
5	5	An toàn giao thông - Đi bộ an toàn (Tiết 2)
6	6	Chào hỏi đúng cách
7	7	Xung hô đúng cách
8	8	<b>Ôn tập - Lời chào của em</b>
9	9	Ngồi học đúng tư thế
10	10	Chăm sóc sức khỏe răng miệng - Nên ăn gì và không nên ăn gì? (Tiết 1)
11	11	Chăm sóc sức khỏe răng miệng - Đánh răng đúng cách (Tiết 2)
12	12	Chăm sóc sức khỏe khi thời tiết thay đổi
13	13	Lựa chọn trang phục phù hợp
14	14	Lịch sự khi nhà có khách
15	15	Lịch sự khi đến thăm nhà người khác
16	16	<b>Ôn tập - Vị khách lịch sự</b>
17	17	Biết ơn thầy cô
18	18	Chăm sóc sức khỏe đôi mắt (Tiết 1)
19	19	Chăm sóc sức khỏe đôi mắt (Tiết 2)
20	20	Tránh xa những nơi nguy hiểm (Tiết 1)
21	21	Tránh xa những nơi nguy hiểm (Tiết 2)
22	22	Sử dụng thiết bị điện trong gia đình
23	23	Phòng tránh điện giật
24	24	<b>Ôn tập - Trải nghiệm cùng Poki</b>
25	25	Sơ chế rau
26	26	Phân loại rác thải sinh hoạt
27	27	Dọn dẹp nhà cửa
28	28	Trang trí góc học tập
29	29	<b>Ôn tập - Nhà sạch thì mát, lớp học sạch thì vui</b>
30	30	Tiết kiệm điện
31	31	Tiết kiệm nước
32	32	Tiết kiệm tiền
33	33	Làm đồ thủ công
34	34	Làm quen với máy tính
35	35	<b>Ôn tập - Tiết kiệm - Một thói quen tốt</b>



STT	Tuần	Tên bài
1	1	Chuẩn bị sách vở và đồ dùng học tập khi đến trường
2	2	Luôn đúng giờ
3	3	Giao tiếp ứng xử trong trường học
4	4	Kỹ năng giải quyết mâu thuẫn
5	5	Bạo lực học đường (Tiết 1)
6	6	Bạo lực học đường (Tiết 2)
7	7	Giá trị nụ cười
8	8	<b>Ôn tập - Mái trường mến yêu</b>
9	9	An toàn khi ngồi trên xe
10	10	Xử lý khi bị ngạt khói
11	11	Xử lý khi bị lửa bén vào người
12	12	Xử lý khi bị bong gân
13	13	Xử lý vết thương chảy máu nhỏ
14	14	Làm gì khi bị say xe?
15	15	Xử lý khi bị chảy máu cam
16	16	<b>Ôn tập - An toàn là bạn</b>
17	17	Biết ơn thầy cô
18	18	Dũng cảm nhận lỗi
19	19	Cảm thông chia sẻ với những hoàn cảnh khó khăn
20	20	Lắng nghe hiệu quả
21	21	Phát hiện thể mạnh bản thân
22	22	Tự hào về bản thân
23	23	<b>Ôn tập - Em tự tin</b>
24	24	Lựa chọn đồ uống tốt cho sức khỏe
25	25	Lựa chọn thực phẩm tốt cho sức khỏe
26	26	Ngộ độc thực phẩm và cách phòng tránh
27	27	Ngộ độc thực phẩm và cách xử lý
28	28	Sử dụng thuốc uống đúng cách
29	29	Tiền từ đâu đến và sẽ đi về đâu?
30	30	<b>Ôn tập - Sự lựa chọn thông minh</b>
31	31	Bí quyết chọn rau củ quả
32	32	Sơ chế rau củ quả
33	33	Bảo quản rau củ quả
34	34	Một số loại rau có tác dụng chữa bệnh
35	35	<b>Ôn tập - Khéo tay hay chọn</b>



STT	Tuần	Tên bài
1	1	Tự tin trong giao tiếp
2	2	Kiểm chế cơn tức giận
3	3	Cách chào hỏi của một số nước Đông Nam Á (Tiết 1)
4	4	Cách chào hỏi của một số nước Đông Nam Á (Tiết 2)
5	5	An toàn giao thông (Tiết 1)
6	6	An toàn giao thông (Tiết 2)
7	7	Vượt qua ngưỡng ngùng, xấu hổ
8	8	<b>Ôn tập - Tự tin thể hiện bản thân</b>
9	9	Những điều cần biết khi bị chuột rút
10	10	Sử dụng thuốc dạng xịt, nhỏ đúng cách
11	11	Xử lý khi gặp đám cháy ở chung cư
12	12	Xử lý khi gặp đám cháy ở một số nơi công cộng
13	13	Xử lý khi bị chảy máu cam
14	14	Khi bị say nắng
15	15	Những thói quen tốt cho sức khỏe
16	16	<b>Ôn tập - Bác sĩ gia đình</b>
17	17	Quan tâm đến người thân
18	18	Biết ơn thầy cô
19	19	Bài học về giữ lời hứa
20	20	Luôn khiêm tốn
21	21	Thành thật khen ngợi
22	22	Phê bình đúng cách
23	23	Kỹ năng quan sát
24	24	<b>Ôn tập – Sống vui, sống khỏe, sống đẹp</b>
25	25	Kỹ năng sáng tác truyện (Tiết 1)
26	26	Kỹ năng sáng tác truyện (Tiết 2)
27	27	Phép suy luận loại trừ
28	28	Thực hành phép suy luận loại trừ
29	29	<b>Ôn tập - Nhà sáng tác truyện tài ba</b>
30	30	Một số điều thú vị về tiền Việt Nam
31	31	Nhà tiêu dùng thông thái (Tiết 1)
32	32	Nhà tiêu dùng thông thái (Tiết 2)
33	33	Lựa chọn thực phẩm chế biến sẵn
34	34	Lựa chọn thực phẩm tươi sống
35	35	<b>Ôn tập - Người tiêu dùng thông minh</b>



STT	Tuần	Tên bài
1	1	Khi đi máy bay
2	2	An toàn khi đi qua đường sắt
3	3	Cách chào hỏi của một số nước châu Á (Tiết 1)
4	4	Cách chào hỏi của một số nước châu Á (Tiết 2)
5	5	Lắng nghe hiệu quả
6	6	Xác định mục tiêu học tập
7	7	Ghi chép bài hiệu quả
8	8	<b>Ôn tập - Chuyến bay kỳ thú</b>
9	9	Trung thực trong học tập
10	10	Một số loại củ có tác dụng chữa bệnh
11	11	Bảo quản thực phẩm trong tủ lạnh
12	12	Sơ chế một số loại quả
13	13	Rửa bát và dọn dẹp phòng bếp
14	14	Đặc trưng ăn uống vùng miền
15	15	Quan tâm tới người thân
16	16	<b>Ôn tập - Nhà ẩm thực tinh tế</b>
17	17	Biết ơn thầy cô
18	18	Xử lý khi bị xâm hại
19	19	Sử dụng thuốc bôi đúng cách
20	20	Căng thẳng và cách giảm căng thẳng
21	21	Kỹ năng tranh luận
22	22	Chia sẻ với những hoàn cảnh khó khăn
23	23	Lòng khoan dung
24	24	<b>Ôn tập - Hãy chia sẻ, đừng im lặng</b>
25	25	Viết và vẽ truyện tranh (Tiết 1)
26	26	Viết và vẽ truyện tranh (Tiết 2)
27	27	Rèn luyện kỹ năng kể chuyện
28	28	Kỹ năng thuyết phục (Tiết 1)
29	29	Kỹ năng thuyết phục (Tiết 2)
30	30	<b>Ôn tập - Kể chuyện chưa bao giờ là khó</b>
31	31	Quyền trẻ em
32	32	Nghĩa vụ trẻ em
33	33	Tìm hiểu một số nghề cơ bản (Tiết 1)
34	34	Tìm hiểu một số nghề cơ bản (Tiết 2)
35	35	<b>Ôn tập - Ước mơ của em</b>



<i>STT</i>	<i>Tuần</i>	<i>Tên bài</i>
1	1	Xử lý khi gặp người bị tai nạn giao thông
2	2	An toàn giao thông - Người đạp xe thông thái
3	3	Làm đồ thủ công bằng vải
4	4	Chiến thuật thoát hiểm khi có nguy cơ bị xâm hại
5	5	Cách chào hỏi của một số nước trên thế giới (Tiết 1)
6	6	Cách chào hỏi của một số nước trên thế giới (Tiết 2)
7	7	Tôn trọng và thích nghi với sự khác biệt
8	8	<b>Ôn tập - Trải nghiệm cùng Poki</b>
9	9	Chịu trách nhiệm
10	10	Tìm hiểu quốc kỳ của một nước châu Mỹ (Tiết 1)
11	11	Tìm hiểu quốc kỳ của một nước châu Mỹ (Tiết 2)
12	12	Quan tâm tới người thân trong gia đình
13	13	Đọc hiểu các biểu hiện trên khuôn mặt
14	14	Đọc hiểu ngôn ngữ không lời
15	15	Sử dụng các biểu hiện phi ngôn ngữ
16	16	<b>Ôn tập - Nghệ thuật trong giao tiếp</b>
17	17	Biết ơn thầy cô
18	18	Cách là (ủi) áo sơ mi
19	19	Chuẩn bị bài diễn thuyết
20	20	Trình bày bài diễn thuyết
21	21	Lên ý tưởng kinh doanh
22	22	Lập kế hoạch kinh doanh
23	23	Quảng cáo sản phẩm kinh doanh
24	24	<b>Ôn tập - Tập làm nhà kinh doanh</b>
25	25	Chăm sóc sức khỏe tuổi dậy thì (Tiết 1)
26	26	Chăm sóc sức khỏe tuổi dậy thì (Tiết 2)
27	27	Một số loại rau, củ có tác dụng chữa bệnh (Tiết 1)
28	28	Một số loại rau, củ có tác dụng chữa bệnh (Tiết 2)
29	29	<b>Ôn tập - Nhỏ to tuổi dậy thì</b>
30	30	Kỹ năng tranh luận (Tiết 1)
31	31	Kỹ năng tranh luận (Tiết 2)
32	32	Xử lý khi gặp người bị đuối nước
33	33	Phòng tránh rắn độc cắn
34	34	Làm gì khi bị trăn lột?
35	35	<b>Ôn tập - Tập làm bác sĩ</b>