

UBND XÃ LÝ NHÂN
TRƯỜNG MẦM NON VĂN LÝ

BẢN MÔ TẢ SÁNG KIẾN

“Một số biện pháp giáo dục cảm xúc tích cực cho trẻ mẫu giáo 4-5 tuổi trong trường mầm non”

Tác giả: Lưu Thị Hải Lý

Trình độ chuyên môn: ĐHSPGDMN

Chức vụ: Giáo viên

Đơn vị công tác: Trường Mầm non Văn Lý

Lý Nhân, ngày tháng năm 2026

I. Thông tin chung

1. Tên tác giả

TT	Họ và tên	Ngày tháng năm sinh	Trình độ chuyên môn	Chức vụ	Nơi công tác	Điện thoại	Tỷ lệ % đóng góp vào việc tạo ra sáng kiến	Chữ ký của tác giả
1	Lưu Thị Hải Lý	10/03/1993	ĐHSP	Giáo viên	Trường mầm non Văn Lý	0336323628	100%	

Tên sáng kiến: “Một số biện pháp giáo dục cảm xúc tích cực cho trẻ mẫu giáo 4-5 tuổi trong trường mầm non”

Lĩnh vực áp dụng: Lĩnh vực giáo dục kỹ năng, tình cảm- xã hội

Ngày sáng kiến được áp dụng lần đầu: Ngày 20 tháng 9 năm 2025

II. Phần mở đầu

1. Lí do chọn sáng kiến

Nhà tâm lý học Harstein, Hoa Kỳ chia sẻ: “Món quà tuyệt vời nhất mà các cha mẹ nên dành cho con mình đó là giáo dục khả năng trải nghiệm, nhận biết và đối mặt với xúc cảm, bởi đó là nền tảng xây dựng sự kiên trì, không khuất phục khi trẻ trưởng thành”.

Như chúng ta đã biết cảm xúc chính là tổng hợp mọi phản ứng tự nhiên do não bộ đưa ra như vui, buồn, tức giận,... tự động diễn ra một cách tự nhiên. Đặc biệt trẻ 4-5 tuổi đều gắn liền với cảm xúc. Chúng ta sẽ thấy được những cảm xúc tích cực của trẻ khi chạy lại ôm bố mẹ và nói: “mẹ đẹp quá”, “con yêu mẹ”; “bố đẹp lắm”; Khi ở trường trẻ đến gần cô và nói: “tóc cô đẹp”; “con thích cô”... thậm chí là những cảm xúc tiêu cực như: “con không thích chơi”, “con ghét bạn”; “con giận bạn” đó là những trải nghiệm hàng ngày của bất kỳ một đứa trẻ nào giúp cho cuộc sống đứa trẻ thêm phần sinh động. Chính vì vậy, việc giáo dục cảm xúc là điều hết sức cần thiết và quan trọng đối với trẻ, giúp trẻ thể hiện tình cảm và xây dựng hành vi tích cực trong cuộc sống, biết thể hiện cảm xúc đúng mực với mọi người xung quanh, hạn chế những cảm xúc tiêu cực, từ đó hình thành cho trẻ thái độ tốt, hành vi tốt trong cuộc sống, giúp trẻ luôn mạnh dạn, tự tin hơn và cảm xúc của trẻ ngày càng tốt hơn. Cảm xúc là phản ứng, là sự rung động của con người trước tác động của yếu tố ngoại cảnh. Nói một cách khác, một cái gì đó xảy ra trong môi trường của bạn và bộ não của bạn diễn giải

nó. Nếu nó được coi là một mối đe dọa, não sẽ tiết ra các hormone gây căng thẳng bao gồm adrenaline và cortisol. Những điều này sẽ dẫn bạn đến cảm giác như sợ hãi, lo lắng và khó chịu hoặc tức giận. Nếu não diễn giải tình huống là vô ích, nó sẽ giải phóng các hormone khiến bạn cảm thấy tốt như oxytocin, dopamine và serotonin. Bạn sẽ cảm thấy những cảm xúc như hạnh phúc, vui vẻ, hứng thú hoặc kích thích.

Trong chương trình giáo dục mầm non, lĩnh vực giáo dục tình cảm kỹ năng xã hội, đặc biệt là giáo dục cảm xúc cho trẻ là lĩnh vực chưa được quan tâm trong việc khai thác nội dung, để thiết kế hoạt động mà chỉ mang tính tích hợp, định hướng chuyên môn trong lĩnh vực phát triển tình cảm và kỹ năng xã hội, đặc biệt là nội dung giáo dục cảm xúc chưa có chiều sâu. Mặt khác, một số cán bộ giáo viên chưa thật sự quan tâm đến khai thác nội dung đó trong chuyên môn, chưa thật sự gần gũi, quan tâm đến phát triển cảm xúc cho trẻ.

Ngay từ đầu năm học, đa số trẻ trong lớp tôi có tính tình ích kỉ, chưa biết tôn trọng mọi người, không biết quan tâm giúp đỡ mọi người xung quanh. Ngay trong lớp trẻ có thể đánh bạn vì bạn không nhường đồ chơi, hay không chơi với bạn chỉ vì bất đồng ý kiến, không đồng ý một việc làm gì đó của bạn. Hay ở nhà trẻ có thể nói trống không với người lớn chưa biết tôn trọng hay biết ơn những người lớn trong gia đình của mình. Đó là điều rất dễ hiểu một phần nguyên nhân đó là việc phụ huynh cưng chiều con cái của mình. Trẻ muốn gì là được ý, đáp ứng đầy đủ mọi yêu cầu của trẻ một cách dễ dàng nên đã vô hình dung tạo cho trẻ thói xấu. Phần khác cha mẹ trẻ bận rộn nên chưa chơi thân thiện, chưa biết quan tâm đến việc giáo dục trẻ phải biết tôn trọng người lớn, yêu thương, nhường nhịn, phải biết quan tâm giúp đỡ mọi người xung quanh. Điều này ảnh hưởng trực tiếp đến phát triển nhân cách ở trẻ, các mối quan hệ đều cô lập.

Trong năm học 2025-2026 tôi được phân công phụ trách lớp 4-5 tuổi và đây là độ tuổi đang phát triển mạnh mẽ về nhiều mặt. Chính vì vậy, việc giáo dục tình cảm, cũng như nuôi dưỡng những cảm xúc tích cực cho trẻ, là việc hết sức cần thiết quan trọng. Nhận thức được vấn đề trên tôi đã chọn đề tài: *“Một số biện pháp giáo dục cảm xúc tích cực cho trẻ mẫu giáo 4-5 tuổi trong trường mầm non”*

2. Bối cảnh của sáng kiến

Giáo dục mầm non, khi nói về giáo dục cảm xúc cho trẻ, có không ít quan điểm cho rằng: Cảm xúc chủ yếu chỉ dành cho người lớn, trẻ em biết gì mà dạy, học của trẻ mầm non rất đơn giản, là học tên gọi của mọi người và đồ vật xung quanh, học cách sử dụng thiết bị đồ dùng, đồ chơi hàng ngày, học nhận biết các ký hiệu đồ dùng cá nhân...

Giáo dục cảm xúc cho trẻ mầm non là một nhiệm vụ đang được quan tâm và giáo viên thực hiện khá tốt trong trường mầm non. Để giáo dục cảm xúc cho trẻ một cách hiệu quả nhất giáo viên cần phải lựa chọn nội dung, phương pháp phù hợp tác động trực tiếp đến trẻ nhằm giúp trẻ biết thể hiện mọi cảm xúc của bản thân để ứng phó, làm chủ trước những thách thức của cuộc sống hàng ngày.

Tùy theo lứa tuổi, các cháu sẽ được bắt đầu làm quen với các kỹ năng như giao tiếp, thích thú khám phá thế giới xung quanh, tự tạo niềm vui, tự biết bảo vệ mình, kỹ năng làm việc nhóm, và kỹ năng tự giải quyết một số tình huống phù hợp với lứa tuổi. Ví dụ: Ở lứa tuổi trẻ mẫu giáo sẽ được học các kỹ năng nở nụ cười chào hỏi, lễ phép với người lớn, biết thể hiện khoanh tay cúi khi nói lời cảm ơn và xin lỗi? Với khẩu hiệu “Trẻ em hôm nay, thế giới ngày mai”, trẻ em là hạnh phúc của mỗi gia đình, là mầm non tương lai của đất nước. Để có một đất nước luôn trên đà phát triển, thì giáo dục mầm non là khâu đặt nền móng đầu tiên trong quá trình đào tạo nhân cách con người mới. Vì vậy, việc giáo dục cảm xúc cho trẻ là một hoạt động hết sức quan trọng và cũng là một trong những nội dung góp phần xây dựng mục tiêu giáo dục mầm non trong những năm học gần đây và tiếp theo.

Trong chương trình giáo dục mầm non nội dung giáo dục cảm xúc được đặt trong lĩnh vực giáo dục tình cảm kỹ năng và xã hội của trẻ bao gồm những nội dung như sau:

- Nhận biết một số trạng thái cảm xúc (Vui, buồn, tức giận, sợ hãi) qua nét mặt, cử chỉ, giọng nói qua tranh ảnh.

- Biểu lộ trạng thái cảm xúc, tình cảm phù hợp với cử chỉ, giọng nói, trò chơi, bài hát, câu chuyện, vận động, tạo hình vẽ, nặn, xếp...

Có rất nhiều cách nhưng cách tốt nhất để giúp trẻ khám phá cảm xúc là thông qua các câu chuyện và tình huống, các nhân vật làm bằng đồ chơi mềm sẽ giúp trẻ tham gia ở một mức độ tình cảm nhất định và khi trẻ đồng cảm được cảm xúc của nhân vật trong câu chuyện sẽ giúp trẻ học được sâu sắc và dễ dàng hơn.

Từ đó, trẻ có thể nhận biết được những biểu hiện cảm xúc của người khác để điều chỉnh các biểu hiện và hành vi phù hợp, trẻ nhận biết các cảm xúc, tình cảm của mình và học cách thể hiện phù hợp.

Trong những năm gần đây, cùng với sự đổi mới chương trình giáo dục mầm non theo hướng lấy trẻ làm trung tâm, việc chú trọng phát triển năng lực cảm xúc – xã hội (EQ) cho trẻ ngày càng được xem là một yêu cầu quan trọng. Trẻ ở độ tuổi 4-5 tuổi bắt đầu bước vào giai đoạn có sự biến đổi mạnh mẽ về mặt cảm xúc: cảm xúc xuất hiện đa dạng hơn, mức độ thể hiện cũng rõ ràng hơn,

trẻ biết khẳng định bản thân nhưng lại chưa kiểm soát tốt hành vi, dẫn đến nhiều tình huống xung đột, ăn vạ, khóc kéo dài hay phản ứng bộc phát.

Thực tế cho thấy, tại các lớp mẫu giáo bé, số lượng trẻ lần đầu đi học khá đông, trẻ còn rụt rè khi tách khỏi gia đình, chưa quen giao tiếp nhóm, vốn từ cảm xúc còn ít, nhiều trẻ bối rối khi gặp mâu thuẫn với bạn hoặc khi gặp điều không mong muốn. Một số trẻ chỉ biết thể hiện cảm xúc bằng khóc, hét, đánh bạn hoặc thu mình, không nói, né tránh giao tiếp. Điều này ảnh hưởng trực tiếp đến chất lượng hoạt động chung, các mối quan hệ trong lớp và khả năng hòa nhập của trẻ.

Bên cạnh đó, xã hội thay đổi nhanh, cha mẹ bận rộn, thời gian dành cho trẻ ít hơn; nhiều phụ huynh chú trọng dạy chữ, kỹ năng tự lập nhưng lại chưa quan tâm đúng mức đến việc dạy trẻ quản lý cảm xúc. Trẻ dễ tiếp xúc với các phương tiện số, nội dung kích thích mạnh, khiến khả năng điều tiết cảm xúc càng trở nên khó khăn. Điều này đặt ra yêu cầu nhà trường và giáo viên phải có những biện pháp phù hợp để giúp trẻ phát triển cảm xúc một cách lành mạnh, tích cực.

Tại lớp học mầm non, giáo viên thường xuyên gặp những tình huống như: trẻ tranh giành đồ chơi, trẻ không biết diễn đạt nhu cầu bằng lời, trẻ sợ hãi khi gặp người lạ, trẻ phản ứng mạnh khi không được chiều ý... Những vấn đề này nếu không được giáo dục đúng lúc và đúng cách, trẻ sẽ hình thành thói quen bộc lộ cảm xúc tiêu cực, khó hòa nhập và ảnh hưởng đến các kỹ năng xã hội khác. Do đó, việc xây dựng một sáng kiến tập trung vào giáo dục cảm xúc cho trẻ 4-5 tuổi là hoàn toàn cần thiết và phù hợp với yêu cầu đổi mới giáo dục hiện nay.

Xuất phát từ những bối cảnh trên, cùng với mong muốn xây dựng môi trường học tập thân thiện, an toàn về cảm xúc và hỗ trợ trẻ biết cách nhận biết - thể hiện - điều chỉnh cảm xúc của bản thân, tôi tiến hành nghiên cứu sáng kiến.

III. PHẦN NỘI DUNG

1. Mô tả giải pháp đã biết

1.1. Giải pháp 1: Sử dụng tranh ảnh tĩnh, ít tương tác

Giáo viên sử dụng tranh ảnh đơn lẻ để minh họa cảm xúc cho trẻ, nhưng chưa tạo điều kiện cho trẻ được trải nghiệm, nhập vai hay xử lý tình huống cảm xúc.

*** Ưu điểm**

Phương pháp này dễ chuẩn bị, tiết kiệm thời gian và công sức cho giáo viên, đặc biệt phù hợp với những lớp có số lượng trẻ đông. Tranh ảnh giúp trẻ hình dung trực quan về các biểu hiện cảm xúc khác nhau, từ đó bước đầu nhận

biết được vui, buồn, giận dữ hay sợ hãi. Cách làm này cũng giúp trẻ tiếp cận khái niệm cảm xúc một cách an toàn, không gây áp lực tâm lý vì trẻ chỉ quan sát mà chưa cần bộc lộ trực tiếp. Ngoài ra, giáo viên có thể linh hoạt sử dụng tranh ảnh trong nhiều hoạt động học, kết hợp với kể chuyện hoặc các câu hỏi gợi mở để thu hút sự chú ý của trẻ.

*** Nhược điểm**

Việc chỉ dùng tranh ảnh tĩnh khiến trẻ thiếu cơ hội tương tác, trải nghiệm và thực hành kỹ năng quản lý cảm xúc. Trẻ dễ trở nên thụ động, chỉ quan sát mà chưa thực sự hiểu sâu về cảm xúc và cách điều chỉnh chúng trong các tình huống thực tế. Phương pháp này cũng hạn chế khả năng phát triển kỹ năng giao tiếp, hợp tác, đồng thời khó giúp trẻ học cách ứng xử linh hoạt khi đối mặt với cảm xúc của bản thân hoặc bạn bè. Ngoài ra, tranh ảnh tĩnh không tạo được trải nghiệm sống động, sinh động như trò chơi nhập vai, kể chuyện tình huống hay hoạt động nhóm, nên trẻ khó ghi nhớ lâu dài và áp dụng vào đời sống hằng ngày.

1.2. Giải pháp 2: Nhắc nhở, uốn nắn cảm xúc trẻ một chiều

Khi trẻ có biểu hiện giận dữ, khóc lóc, cáu gắt, giáo viên thường nhắc nhở hoặc yêu cầu trẻ “không được khóc”, “phải ngoan”, “không được giận bạn”... mà chưa giúp trẻ hiểu nguyên nhân và cách điều chỉnh cảm xúc.

*** Ưu điểm**

Cách làm này giúp giáo viên can thiệp nhanh vào hành vi của trẻ, góp phần ổn định trật tự lớp học trong thời gian ngắn. Trẻ có thể tạm thời dừng các hành vi tiêu cực ngay khi được nhắc nhở. Phương pháp này cũng dễ thực hiện, không đòi hỏi nhiều thời gian hay chuẩn bị phức tạp. Ngoài ra, việc nhắc nhở thường xuyên giúp trẻ bước đầu nhận biết những hành vi không phù hợp cần tránh. Giáo viên cũng dễ kiểm soát tình huống khi lớp đông trẻ.

*** Nhược điểm**

Tuy nhiên, việc nhắc nhở một chiều dễ khiến trẻ bị ức chế cảm xúc, không được bộc lộ và giải tỏa đúng cách. Trẻ chưa hiểu nguyên nhân vì sao mình có cảm xúc đó và cũng không biết cách điều chỉnh cho phù hợp. Lâu dần, trẻ có thể hình thành thói quen kìm nén cảm xúc hoặc phản ứng tiêu cực hơn khi không được đáp ứng. Phương pháp này chưa phát huy được tính chủ động, tích cực của trẻ trong việc nhận biết và quản lý cảm xúc.

1.3. Giải pháp 3: Giáo dục cảm xúc lồng ghép sơ sài, chưa có chủ đích

Việc giáo dục cảm xúc chỉ được lồng ghép chung chung trong các hoạt động học, chưa có kế hoạch cụ thể, chưa chú trọng đến từng loại cảm xúc của trẻ.

*** Ưu điểm**

Cách lồng ghép này giúp giáo viên tiết kiệm thời gian, không làm thay đổi nhiều cấu trúc các hoạt động dạy học hằng ngày. Trẻ vẫn được tiếp cận với nội dung giáo dục cảm xúc một cách tự nhiên thông qua các hoạt động quen thuộc. Giáo viên không cần chuẩn bị quá nhiều tài liệu hay xây dựng kế hoạch riêng biệt. Ngoài ra, việc lồng ghép linh hoạt có thể tạo sự nhẹ nhàng, tránh gây áp lực cho trẻ. Phù hợp với những thời điểm lớp học cần đảm bảo tiến độ chương trình chung.

*** Nhược điểm**

Tuy nhiên, do không có mục tiêu và kế hoạch cụ thể nên hiệu quả giáo dục cảm xúc chưa cao, thiếu tính hệ thống và liên tục. Trẻ khó nhận biết rõ ràng từng loại cảm xúc cũng như cách biểu đạt và điều chỉnh phù hợp. Nội dung giáo dục dễ bị bỏ sót hoặc thực hiện qua loa, không đi sâu vào bản chất. Giáo viên cũng khó theo dõi sự tiến bộ của từng trẻ trong lĩnh vực cảm xúc. Bên cạnh đó, việc lồng ghép sơ sài khiến trẻ ít có cơ hội được trải nghiệm, thực hành và rèn luyện kỹ năng cảm xúc một cách đầy đủ và bền vững.

1.4. Giải pháp 4: Giáo viên giảng giải – trẻ nghe thụ động

Giáo viên chủ yếu sử dụng lời nói để giải thích cho trẻ về đúng – sai, nên – không nên khi trẻ có hành vi cảm xúc chưa phù hợp. Trẻ nghe và làm theo một cách máy móc, chưa thực sự hiểu và chưa hình thành được kỹ năng kiểm soát cảm xúc từ bên trong.

*** Ưu điểm**

Phương pháp này dễ thực hiện, không đòi hỏi nhiều thời gian chuẩn bị hay đồ dùng hỗ trợ. Giáo viên có thể nhanh chóng can thiệp, điều chỉnh hành vi của trẻ trong những tình huống cụ thể. Đồng thời, việc giảng giải trực tiếp giúp trẻ bước đầu nhận biết được các chuẩn mực hành vi và cảm xúc cơ bản. Bên cạnh đó, cách làm này phù hợp trong những tình huống cần xử lý nhanh, đảm bảo nề nếp lớp học. Giáo viên dễ kiểm soát lớp và duy trì trật tự trong thời gian ngắn. Ngoài ra, việc sử dụng lời nói còn giúp tiết kiệm công sức tổ chức hoạt động phức tạp.

*** Nhược điểm**

Tuy nhiên, cách dạy này mang tính áp đặt, chưa phát huy được tính tích cực, chủ động của trẻ. Trẻ dễ rơi vào trạng thái nghe nhưng không hiểu sâu, thiếu cơ hội trải nghiệm và thực hành nên khó hình thành kỹ năng bền vững. Ngoài ra, mỗi trẻ có đặc điểm tâm lý khác nhau, nếu chỉ giảng giải chung sẽ khó đáp ứng nhu cầu cá nhân, dẫn đến hiệu quả giáo dục chưa cao. Trẻ có thể nhanh

chóng quên nội dung đã được nhắc nhở nếu không được củng cố thường xuyên. Một số trẻ còn có tâm lý e dè, thụ động, ngại bộc lộ cảm xúc thật của mình. Về lâu dài, trẻ dễ phụ thuộc vào sự hướng dẫn của giáo viên, thiếu khả năng tự điều chỉnh hành vi và cảm xúc trong các tình huống khác nhau.

1.5. Giải pháp 5: Ít chú trọng phối hợp với gia đình trong giáo dục cảm xúc

Giáo dục cảm xúc cho trẻ chủ yếu được thực hiện tại trường, chưa có sự trao đổi thường xuyên, đồng bộ với phụ huynh về đặc điểm tâm lý và cảm xúc của trẻ.

*** Ưu điểm**

Cách làm này giúp giáo viên dễ quản lý và triển khai các hoạt động giáo dục cảm xúc ngay tại lớp mà không phải phụ thuộc vào sự phối hợp bên ngoài. Giáo viên có thể tập trung theo dõi, quan sát và điều chỉnh kịp thời hành vi của trẻ trong môi trường học tập. Đồng thời, việc chỉ thực hiện tại trường giúp giữ nề nếp, trật tự lớp học và tránh những ảnh hưởng không đồng bộ từ các môi trường khác nhau. Phương pháp này cũng giảm bớt áp lực cho phụ huynh, nhất là những gia đình bận rộn, khi không cần tham gia trực tiếp vào hoạt động giáo dục cảm xúc.

*** Nhược điểm**

Tuy nhiên, việc thiếu sự phối hợp với gia đình khiến giáo dục cảm xúc chưa được đồng bộ và toàn diện. Trẻ dễ gặp khó khăn khi áp dụng kỹ năng điều chỉnh cảm xúc ở nhà vì các quy tắc và hướng dẫn không thống nhất. Ngoài ra, giáo viên khó nắm bắt được thói quen, sở thích, đặc điểm tâm lý của trẻ tại gia đình, dẫn đến việc can thiệp đôi khi chưa phù hợp. Trẻ cũng mất cơ hội được củng cố, thực hành cảm xúc trong nhiều môi trường khác nhau, hạn chế khả năng phát triển kỹ năng tự nhận biết, kiểm soát và biểu đạt cảm xúc một cách linh hoạt. Bên cạnh đó, phụ huynh không được hướng dẫn đầy đủ cũng khó hỗ trợ trẻ kịp thời, làm giảm hiệu quả lâu dài của giáo dục cảm xúc.

Nguyên nhân dẫn đến tình trạng trên:

- Do các giải pháp giáo dục cảm xúc truyền thống chủ yếu dựa vào phương pháp giáo viên nói – trẻ nghe, chưa lấy trẻ làm trung tâm nên chưa phát huy được tính tích cực, chủ động của trẻ.

- Giáo viên chưa có kế hoạch giáo dục cảm xúc cụ thể, hệ thống, việc lồng ghép nội dung giáo dục cảm xúc còn mang tính hình thức, chưa thường xuyên và liên tục.

- Nội dung giáo dục cảm xúc chưa gắn chặt với trải nghiệm thực tế và các tình huống trong đời sống hằng ngày của trẻ, khiến trẻ khó ghi nhớ và vận dụng.

- Việc sử dụng đồ dùng, phương tiện trực quan còn hạn chế, chưa đa dạng, chưa tạo được sự hứng thú cho trẻ.

- Giáo viên chưa được bồi dưỡng chuyên sâu về giáo dục cảm xúc và trí tuệ cảm xúc, chủ yếu dựa vào kinh nghiệm cá nhân.

- Sự phối hợp giữa nhà trường và gia đình trong giáo dục cảm xúc cho trẻ chưa thường xuyên, chưa đồng bộ, phụ huynh còn coi nhẹ vai trò của giáo dục cảm xúc.

- Một số phụ huynh còn bận rộn, chưa dành nhiều thời gian trò chuyện, lắng nghe và định hướng cảm xúc cho trẻ tại gia đình.

- Đặc điểm tâm sinh lý của trẻ 4-5 tuổi còn non nớt, khả năng kiểm soát cảm xúc chưa hoàn thiện, trong khi chưa được hướng dẫn đúng cách.

Bảng 1: Bảng khảo sát trước khi áp dụng các giải pháp mới

(Thời điểm khảo sát: Tháng 9/2025)

BẢNG KHẢO SÁT LẦN 1

Tiêu chí	Số trẻ	Đạt		Chưa đạt	
		SL	TL(%)	SL	TL(%)
Trẻ biết chia sẻ với bạn	25	12	48,0	13	52,0
Trẻ thể hiện cảm xúc.	25	10	40,0	15	60,0
Biết kiểm soát, điều chỉnh cảm xúc của bản thân	25	10	40,0	15	60,0
Trẻ mạnh dạn giao tiếp với cô và bạn	25	12	48,0	13	52,0

Từ thực trạng trên cho thấy, việc áp dụng các biện pháp giáo dục cũ tại đơn vị tuy có những thuận lợi nhất định nhưng hiệu quả mang lại chưa cao, chưa đáp ứng yêu cầu đổi mới giáo dục mầm non trong giai đoạn hiện nay. Các biện pháp chủ yếu vẫn mang tính truyền thụ một chiều, trẻ tiếp nhận kiến thức thụ động, ít được trải nghiệm, khám phá và thể hiện khả năng cá nhân.

2. Nội dung các giải pháp mới; Tính mới, tính sáng tạo; Hiệu quả áp dụng, khả năng nhân rộng của sáng kiến

2.1. Nội dung các giải pháp mới

Giải pháp 1: Giáo dục cảm xúc cho trẻ thông qua các hoạt động và các góc trong lớp.

Muốn cho trẻ thực hiện những cảm xúc tích cực của bản thân mình thông qua các hoạt động ở trường mầm non thì việc quan trọng nhất chính là lựa chọn

nội dung cho phù hợp với khả năng của trẻ, tạo cho trẻ có cảm giác tích cực vào các hoạt động một cách tự nguyện bộc lộ sự thích thú khi tham gia.

** Hoạt động đón trẻ*

Tạo môi trường lớp học thân thiện là yếu tố trực tiếp tác động hàng ngày khi trẻ đến trường. Một môi trường cởi mở niềm nở vui vẻ sẽ tác động đến việc học tập tốt, có hiệu quả là môi trường gây hứng thú, phát huy được trí tưởng tượng, sáng tạo của trẻ. Đó là nơi đáp ứng tốt nhất sự phát triển tình cảm kỹ năng cảm xúc của trẻ. Chính vì vậy trang trí môi trường đón trẻ vào lớp học luôn được tôi quan tâm hàng đầu. Bên cạnh cửa lớp tôi đã trang trí góc cảm xúc của trẻ, mỗi khi trẻ đến lớp tôi gợi ý để trẻ lựa chọn cảm xúc của mình khi mới đến lớp.



Hình ảnh: Giờ đón trẻ và gợi ý trẻ lựa chọn cảm xúc trước khi vào lớp.

Từ đó tôi nắm bắt được hôm nay trẻ cảm thấy như thế nào, từ đó tôi sẽ lựa chọn những cách thức phù hợp để trẻ có cảm xúc tích cực trong ngày khi trẻ ở lớp cùng cô và các bạn.

** Hoạt động thể dục sáng:*

Thể dục sáng giúp trẻ có tinh thần thoải mái phân thân khi tham gia vào các hoạt động khác, trẻ được giao lưu với các bạn cùng lớp, cùng khởi với nhiều cảm xúc vui vẻ, thực hiện các động tác chân, tay, lườn, bụng, bật tạo cho trẻ cảm giác thích thú. Khi trẻ tập thể dục tôi cũng chú ý quan sát cảm xúc của từng trẻ để nắm bắt, nếu thấy trẻ không vui, không thoải mái tôi sẽ trò chuyện tìm hiểu nguyên nhân từ đó đưa ra những câu chuyện, những lời nói động viên khích lệ để trẻ vui vẻ, thoải mái hơn khi tham gia hoạt động thể dục buổi sáng.



Hình ảnh: Hoạt động thể dục sáng của trẻ

** Hoạt động học:*

Môi trường lớp học là yếu tố trực tiếp tác động hàng ngày đến trẻ. Một môi trường học tập tốt, có hiệu quả là môi trường gây hứng thú, phát huy được trí tưởng tượng, sáng tạo của trẻ. Đó là nơi đáp ứng tốt nhất sự phát triển tình cảm kỹ năng của trẻ. Chính vì vậy trang trí môi trường lớp học luôn được tôi quan tâm hàng đầu. Ở mỗi chủ đề, tôi luôn dành thời gian nghiên cứu, thiết kế môi trường lớp học sao cho phù hợp với chủ đề mà trẻ khám phá, tìm hiểu về sự vật thông qua hình ảnh trang trí đó.

Đồ dùng, đồ chơi luôn để ở tư thế “mở” để kích thích trẻ hứng thú hoạt động, luôn đảm bảo tính thuận tiện, góc trải nghiệm cảm xúc nổi bật, đẹp mắt đảm bảo tính thẩm mỹ, chính xác.

Các hoạt động học hằng ngày là một trong những cách giúp trẻ khám phá cảm xúc nhanh nhất, mỗi con người chúng ta cũng như những đứa trẻ tồn tại nhiều cảm xúc như cảm giác buồn, vui, tức giận, sợ hãi... Từ đó, giúp trẻ có khả năng ứng xử khi gặp tình huống xảy ra trong cuộc sống thực và điều chỉnh cảm xúc của mình. Tuy nhiên cảm xúc không phải tự có sẵn mà cảm xúc có thể do bộc phát.

Ngoài việc xây dựng kế hoạch, nắm chắc phương pháp giảng dạy của bộ môn, việc chuẩn bị giáo án và đồ dùng dạy học cũng là một khâu rất quan trọng.

Đồ dùng dạy học có vai trò rất quan trọng với trẻ mầm non vì từ những đồ dùng trẻ được trực tiếp hành động khám phá cảm xúc. Thông qua đồ dùng, đồ chơi giúp trẻ nhận biết cảm xúc của nhân vật, của mình và của người khác, đồ dùng trực quan phải có tính giáo dục thẩm mỹ, an toàn cho trẻ khi trẻ quan sát

và trải nghiệm. Nó phải phù hợp với từng nội dung của từng bài dạy, từng chủ đề và phức tạp dần theo nhận thức của trẻ. Đồ dùng phải đa dạng, đa tính năng, thuận tiện cho việc sử dụng, một loại đồ dùng không những xuyên suốt trong 1 tiết học mà còn có thể sử dụng nhiều tiết khác nhau nhưng vẫn mang lại hiệu quả cao, bền chắc để sử dụng trong các hoạt động.

Ví dụ: Đồ dùng bằng các đồ chơi mềm, an toàn cho trẻ khi sử dụng mà nó còn mang lại cho trẻ những trải nghiệm khi được đóng vai vào các nhân vật trong chuyện. Từ những nhân vật đó trẻ thấy được cảm xúc của nhân vật, thấy được cảm xúc của mình khi biết cảm thông, đồng cảm với nhân vật.

Ngoài ra tôi còn sưu tập những hình ảnh, video về cảm xúc trên mạng cho trẻ cùng trải nghiệm. Trẻ được quan sát, khám phá những trạng thái cảm xúc khác sinh động, hiện thực. Hay còn cho trẻ tô màu những bức tranh trạng thái cảm xúc của mình.

Trẻ còn được trải nghiệm cảm xúc của mình qua góc trải nghiệm cảm xúc của mình mà tôi đã chuẩn bị ở lớp.

Từ việc chuẩn bị tốt đồ dùng, đồ chơi trẻ tham gia vào các hoạt động một cách hào hứng, thích thú bộc lộ rõ cảm xúc của mình khi học.

* Hoạt động ngoài trời: Không những chú trọng trang trí lớp học mà môi trường ngoài lớp học cũng được tôi quan tâm. Tiếp tục thực hiện chủ đề năm học 2025 - 2026 “Xây dựng trường mầm non xanh - sạch- đẹp - an toàn - thân thiện” lớp tôi đã thực hiện tốt cho lớp mình bằng việc thực hiện hàng ngày như cho trẻ quan sát sự lớn lên của các chậu cây hoa, cây cảnh ở góc thiên nhiên của lớp, tổ chức cho trẻ chăm sóc cây, vườn rau, hướng dẫn trẻ tưới nước cho cây hoa, cây cảnh, trò chuyện tác dụng của cây đối với đời sống con người.

Từ việc trẻ quan sát trẻ thấy vui, thích thú khi nhìn thấy các bông hoa nở, cây rau lớn lên, trẻ thấy buồn khi cây rau, cây hoa bị sâu ăn hay cây bị héo... Với việc tạo môi trường như vậy trẻ được tiếp cận trực tiếp, khám phá, trải nghiệm cảm xúc. Từ đó sẽ giúp trẻ phát huy năng lực tích cực rèn luyện các kỹ năng của mình.

* Chơi tự chọn: đây là hoạt động mà trẻ yêu thích nhất, bởi đây là lúc trẻ được thoải mái lựa chọn trò chơi theo ý thích của mình. Trong quá trình chơi, trẻ thể hiện cảm xúc rất tự nhiên, bộc lộ rõ nét sự vui tươi, phấn khởi và hứng thú. Không chỉ vậy, những hành động hồn nhiên, ngộ nghĩnh của trẻ khi chạy nhảy, trò chuyện hay khám phá đồ chơi khiến hoạt động thêm phần sinh động và đáng yêu. Chơi tự do giúp giáo viên dễ dàng quan sát được trạng thái cảm xúc thật của trẻ, từ đó hỗ trợ trẻ phát triển khả năng biểu đạt cảm xúc và giao tiếp với bạn bè một cách tự nhiên nhất.



Hình ảnh trẻ chơi ngoài trời.

*** Giáo dục cảm xúc xã hội thông qua các trò chơi**

Sử dụng trò chơi, tranh ảnh là giải pháp hiệu quả nhất việc khai thác cảm xúc vì trong trò chơi là niềm vui sự sáng tạo, niềm vui chiến thắng, niềm vui đẹp đẽ, niềm vui của những phẩm giá. Hơn nữa, khi chơi, trẻ không chỉ trải nghiệm những cảm xúc tích cực mà cả những cảm xúc, tình cảm tiêu cực: Nỗi buồn khi thất bại, sự giận hờn, chưa thỏa mãn trước kết quả chơi...Tuy nhiên trong phần lớn các trường hợp, trò chơi mang lại cho trẻ niềm vui, sự thoải mái, mãn nguyện. Vì vậy tổ chức cho trẻ chơi các trò chơi để từ các tình huống trong khi chơi trẻ khám phá được cảm xúc của mình, khám phá được tốc độ, khả năng của bản thân mà trẻ không hề hay biết.

Ví dụ: Trò chơi âm nhạc, cô cho trẻ nghe giai điệu buồn, chậm thì trẻ đi chậm, với giai điệu vui tươi nhanh hơn thì trẻ đi nhanh hơn và trẻ vỗ tay, lắc lư theo giai điệu bài hát ấy.

Trò chơi: “Ai nhanh nhất” Cô cho trẻ nghe một bài hát trẻ vừa đi vừa hát theo giai điệu bài hát. Khi có tín hiệu trẻ nhanh chân chạy về chuồng. Thông qua trò chơi trẻ kiểm soát được tốc độ của mình, trẻ thấy vui khi mình làm được, trẻ thấy buồn khi mình làm chưa được.

Hoặc trò chơi “Vòng tròn vui vẻ”, “Đổi chỗ”, “ Buổi hòa nhạc vui vẻ” giúp trẻ kiểm soát tốt được cảm xúc của bản thân.

Hay cô cho trẻ kể về những việc làm mà trẻ cảm thấy vui tươi như cho trẻ treo tranh lên góc sản phẩm của bé. Cho trẻ trẻ tìm và tô màu vào mặt cười với

những bức tranh bé biết nói lời xin lỗi, tô mặt buồn vào mặt khi trẻ chưa biết nói lời xin lỗi.

** Trò chơi “Vì sao bé buồn”*

Chuẩn bị: Bức tranh vẽ các em bé có khuôn mặt cảm xúc.

Cách chơi: Cô giáo đưa ra bức tranh vẽ em bé có khuôn mặt và hỏi trẻ lý do vì sao em bé lại buồn. Cô giáo gợi ý để trẻ đưa ra lời giải thích (em bé không có ai chơi cùng; bé không có đồ chơi, mẹ bé đi vắng...). Tùy theo khả năng của trẻ trong lớp, cô khuyến khích trẻ đưa ra những ý tưởng và lời giải thích phù hợp cho trẻ hiểu. Từ đó trẻ có kỹ năng nhận đoán được cảm xúc trẻ khuôn mặt qua lời gợi ý của cô.

** Trẻ vui chơi hoạt động ở các góc*

Góc cảm xúc

Giáo viên có thể xây dựng cho trẻ một góc hoạt động cảm xúc thật sinh động và gần gũi bằng cách sử dụng những bức tranh vẽ khuôn mặt còn để trống, nhằm tạo cơ hội cho trẻ tự bộc lộ cảm xúc của mình lên tranh thông qua việc vẽ thêm mắt, miệng hoặc các biểu cảm khác nhau. Trẻ có thể lựa chọn trạng thái cảm xúc phù hợp với tâm trạng của mình, từ vui, buồn, giận dữ đến ngạc nhiên hay lo lắng, giúp giáo viên dễ dàng quan sát và thấu hiểu nhu cầu tâm lý của trẻ hơn. Bên cạnh đó, trên các mảng tường trong lớp, giáo viên dán thêm những tranh vẽ cảm xúc hoặc những hình chụp chính trẻ trong các hoạt động hằng ngày với nhiều sắc thái khác nhau, tạo nên một không gian quen thuộc và chân thật.

Đặc biệt, trong góc thư viện, tôi trang trí thêm những nhân vật trong các câu chuyện cổ tích mà trẻ yêu thích như cô Tấm, Thạch Sanh, chú Cuội hay các nàng tiên. Những hình ảnh này không chỉ thu hút trẻ mà còn khơi gợi trí tò mò và sự hứng thú trong việc khám phá sách truyện. Tại đây, trẻ có thể thoải mái kể chuyện cho nhau nghe, cùng trao đổi cảm xúc về nhân vật, tình huống trong truyện hoặc lắng nghe cô kể những câu chuyện nhẹ nhàng, giàu tính nhân văn.

Thông qua hoạt động này, trẻ được rèn luyện khả năng diễn đạt cảm xúc, phát triển ngôn ngữ, hình thành kỹ năng giao tiếp và biết cách thể hiện cũng như chia sẻ cảm xúc của mình một cách phù hợp. Đồng thời, các câu chuyện mang nội dung giáo dục cao còn giúp trẻ biết yêu thương, biết đồng cảm và học cách xử lý những tình huống đơn giản trong cuộc sống hằng ngày. Đây cũng là phương pháp quan trọng giúp giáo dục kỹ năng, tình cảm, xã hội cho trẻ một cách tự nhiên, hiệu quả và đầy hứng thú.

Góc xây dựng:

Trong chủ đề “Nghề xây dựng”, giáo viên sẽ định hướng và giao nhiệm vụ cụ thể cho từng trẻ khi tham gia các góc hoạt động. Trong quá trình chơi, trẻ

thường xuyên trao đổi, thỏa thuận và thể hiện cảm xúc một cách vui vẻ, cùng nhau thống nhất mục đích xây dựng: ngôi nhà sẽ có hình dáng như thế nào, khuôn viên xung quanh cần bố trí ra sao. Trẻ cũng tự phân chia vai chơi, lựa chọn ai sẽ là người thủ lĩnh và người thủ lĩnh sẽ có nhiệm vụ bao quát cả nhóm, thể hiện sự nghiêm túc, trách nhiệm qua từng hành động.

Bên cạnh đó, nhóm sẽ phân công bạn đảm nhận vai trò thiết kế bản vẽ, bạn phụ trách vật liệu, bạn xây tường, bạn trang trí,... Mỗi trẻ khi vào vai đều bộc lộ những cung bậc cảm xúc khác nhau như tập trung, hào hứng, tự tin hay hợp tác. Thông qua hoạt động này, trẻ thể hiện được khả năng quản nhóm, biết phối hợp cùng bạn và tôn trọng ý kiến của nhau.

Toàn bộ nhóm cùng làm việc trong trạng thái say mê, cố gắng hoàn thành “công trình xây dựng” theo nhiệm vụ được giao. Hoạt động không chỉ giúp trẻ hiểu hơn về nghề xây dựng mà còn góp phần phát triển kỹ năng giao tiếp, hợp tác và thể hiện cảm xúc tích cực trong quá trình chơi.



Hình ảnh trẻ chơi góc xây dựng

* *Góc sản phẩm Stem*: Là hoạt động trẻ tham gia hứng thú nhất, tạo ra được nhiều sản phẩm chính từ bàn tay của trẻ, muốn trẻ hiểu được và cùng tham gia nên lựa chọn nội dung bài thơ, câu truyện phù hợp với độ tuổi để trẻ dễ hiểu, tìm nguyên vật liệu sẵn có tại địa phương cho trẻ dễ sử dụng, nguyên liệu đảm bảo an toàn đối với trẻ bằng cả cảm xúc của mình say mê tạo ra sản phẩm. Mỗi chủ đề tôi xây dựng các hoạt động Steam phù hợp với các độ tuổi phù hợp với điều kiện thực tế ở lớp.

Thông qua việc giáo dục cảm xúc của trẻ ở các hoạt động, ở các góc tôi nắm bắt được cảm xúc của trẻ để lựa chọn phương thức phù hợp giúp trẻ có

những cảm xúc tích cực, trẻ vui vẻ, năng động và hoạt bát học và vui chơi cùng cô và các bạn.

Giải pháp 2: Sử dụng những câu chuyện trong giáo dục cảm xúc cho trẻ.

Trong quá trình chăm sóc và giáo dục trẻ, việc hình thành và phát triển cảm xúc tích cực cho trẻ có vai trò rất quan trọng. Thông qua các câu chuyện gần gũi, sinh động, trẻ không chỉ được phát triển ngôn ngữ mà còn học cách nhận biết, biểu lộ và điều chỉnh cảm xúc của bản thân. Vì vậy, tôi đã áp dụng giải pháp sử dụng câu chuyện trong giáo dục cảm xúc cho trẻ nhằm giúp trẻ mạnh dạn, tự tin và biết yêu thương, chia sẻ với mọi người xung quanh.

Trong quá trình kể chuyện, tôi chú ý thay đổi giọng điệu, nét mặt và cử chỉ phù hợp với từng nhân vật để tạo sự hấp dẫn cho trẻ. Đồng thời kết hợp sử dụng tranh minh họa, rối tay, sa bàn hoặc video ngắn giúp trẻ dễ dàng quan sát và cảm nhận cảm xúc của nhân vật trong câu chuyện.

Sau khi kể chuyện, tôi thường tổ chức đàm thoại với trẻ thông qua các câu hỏi gợi mở như: “Con thấy bạn Thỏ lúc đó cảm thấy thế nào?”, “Vì sao bạn ấy buồn?”, “Nếu là con, con sẽ làm gì?”. Qua hoạt động này, trẻ dần biết gọi tên các trạng thái cảm xúc, hiểu nguyên nhân dẫn đến cảm xúc và biết đồng cảm với người khác.

Bên cạnh đó, tôi còn cho trẻ tham gia đóng vai nhân vật, diễn kịch hoặc xử lý các tình huống gần gũi trong cuộc sống hằng ngày. Khi được nhập vai, trẻ có cơ hội thể hiện cảm xúc, học cách giao tiếp, biết kiềm chế cảm xúc tiêu cực và lựa chọn hành vi phù hợp. Đây cũng là hình thức giúp trẻ mạnh dạn, tự tin hơn trong các hoạt động tập thể.

Ví dụ: Tôi cho trẻ đóng kịch chuyện: “Cáo, thỏ và gà trống”

Trẻ được tự lựa chọn nhân vật trẻ yêu thích để nhập vai và đóng vai.



Hình ảnh trẻ đóng kịch kể chuyện: “Cáo, thỏ và gà trống”.

Ngoài giờ học, tôi luôn lồng ghép giáo dục cảm xúc cho trẻ trong các hoạt động hằng ngày như vui chơi, ăn ngủ, hoạt động ngoài trời. Tôi thường xuyên động viên, khen ngợi những hành vi tích cực như biết chia sẻ đồ chơi, giúp đỡ bạn bè, biết xin lỗi và cảm ơn. Đồng thời phối hợp với phụ huynh trao đổi về đặc điểm tâm lý, cảm xúc của trẻ để cùng thống nhất biện pháp giáo dục giữa gia đình và nhà trường.

Sau khi áp dụng giải pháp, trẻ đã có nhiều chuyển biến tích cực. Trẻ mạnh dạn hơn trong giao tiếp, biết bày tỏ cảm xúc của bản thân, biết quan tâm, yêu thương và giúp đỡ bạn bè. Các hành vi tranh giành, cáu gắt giảm rõ rệt. Trẻ hứng thú hơn với hoạt động kể chuyện và tích cực tham gia các hoạt động tập thể.

Giải pháp 3: Sử dụng những hoạt cảnh cũng như tình huống trong giáo dục cảm xúc cho trẻ

Đây là một trong những giải pháp có thể giúp trẻ bộc lộ cảm xúc của mình một cách nhanh nhất. Vì vậy cô tạo tình huống cho trẻ trải nghiệm.

Ví dụ: Cô mang đến cho trẻ một món đồ chơi mà trước đó các bé vô cùng yêu thích, nên ngay khi nhìn thấy, trẻ tỏ ra rất vui vẻ, hào hứng và cùng nhau chơi đùa trong không khí đầy tiếng cười. Món đồ chơi không chỉ mang lại niềm vui mà còn giúp trẻ gắn kết, chia sẻ và hợp tác với nhau. Tuy nhiên, trong quá trình tổ chức hoạt động, cô vô tình làm hỏng món đồ chơi đó, tạo nên một tình huống bất ngờ khiến trẻ cảm thấy buồn, tiếc nuối và có phần hụt hẫng. Nhận thấy sự thay đổi trong cảm xúc của trẻ, cô nhẹ nhàng trò chuyện, gợi mở để trẻ nhận biết và gọi tên cảm xúc của mình, đồng thời khuyến khích trẻ chia sẻ suy nghĩ với cô và các bạn. Từ đó, cô giúp trẻ hiểu rằng trong cuộc sống, ai cũng có thể mắc lỗi và điều quan trọng là biết quan tâm, thấu hiểu và cảm thông cho người khác. Thông qua tình huống này, trẻ dần hình thành khả năng đồng cảm, biết đặt mình vào vị trí của người khác, học cách chia sẻ và ứng xử phù hợp hơn trong các mối quan hệ. Hoạt động không chỉ giúp phát triển cảm xúc – xã hội mà còn góp phần giáo dục trẻ biết yêu thương, đoàn kết và gắn bó hơn với bạn bè xung quanh.

Ví dụ: Trong một tình huống khi trẻ đang chơi o, không may có bạn chạy nhanh và vô tình xô trúng bạn khác khiến bạn bị ngã và khóc. Lúc này, cô giáo nhẹ nhàng tiến lại gần để tìm hiểu sự việc. Cô hỏi: “Vì sao con lại xô bạn như vậy?” nhằm giúp trẻ suy nghĩ và nhận diện hành động của mình. Trẻ trả lời: “Con không may chạy xô vào bạn ạ!”, thể hiện rằng trẻ không cố ý làm tổn thương bạn. Sau đó, cô giải thích cho bạn bị xô rằng bạn kia chỉ vô tình chạy vướng vào chứ không phải cố ý, vì vậy con không cần buồn hay khóc nữa. Cô

giúp trẻ hiểu rằng đôi khi trong lúc vui chơi, các bạn có thể vô tình va vào nhau, điều quan trọng là biết nói ra sự thật và xin lỗi.

Cô yêu cầu bạn đã xô bạn đứng dậy, đỡ bạn dậy và nói lời xin lỗi một cách chân thành. Qua tình huống này, trẻ bị xô hiểu được nguyên nhân, biết cảm thông khi bạn nhận lỗi, còn trẻ gây ra sự cố cũng học được cách chịu trách nhiệm và biết bày tỏ cảm xúc phù hợp.

Đây là trải nghiệm giúp trẻ rèn kỹ năng kiểm soát cảm xúc, biết chia sẻ và ứng xử tích cực trong khi chơi với bạn bè.

Để khơi gợi cảm xúc vui vẻ, tích cực trong trẻ cảm xúc ganh tị, cảm giác buồn để trẻ khám phá được nhiều cảm xúc hơn thông qua các tình huống trong hoạt động góc như trò chơi đóng vai. Đây là cơ hội để trẻ học được cách chia sẻ sự quan tâm, đồng cảm với người khác, biết hỏi thăm lại cảm xúc của mình khi nhập vai trước đây, nhờ đó sự cảm thông, chia sẻ trở nên gần gũi, thân thiện hơn. Chẳng hạn luân phiên vai chơi bác sĩ với bệnh nhân, người bán hàng với người mua hàng, vai mẹ với vai con hay cho trẻ liên kết các nhóm chơi bằng cách tạo ra tình huống giáo dục có khách đột xuất sang phải của hàng bách hóa mua đồ... Thông qua luân phiên vai chơi và tình huống chơi, trẻ học được cách gọi tên cảm xúc, biểu hiện cảm xúc tích cực, đồng thời hạn chế những cảm xúc tiêu cực ở trong trẻ.

Ví dụ: Trong nhóm “Bán hàng” xảy ra tình huống tranh giành là “Người bán hàng”, lúc này với vai trò cố vấn cho người “Bán hàng”, giáo viên có thể điều chỉnh bằng cách yêu cầu trẻ cùng trong vai “Người bán hàng”, gợi ý để trẻ cùng nhau chia sẻ công việc một cách vui vẻ và thoải mái.



Hình ảnh cô giáo gợi ý để trẻ cùng vào vai “Người bán hàng” ở góc phân vai.

Với tình huống này tôi đã giáo dục trẻ tình cảm biết chia sẻ nhường nhịn với người xung quanh, trẻ thấy vui khi biết chia sẻ và được mọi người khen.

Bên cạnh đó để tạo ra tình huống giáo viên liền đóng vai là “người bạn lớn” cùng chơi với trẻ, cô tạo những trò chơi và chơi cùng trẻ để trẻ cảm thấy hào hứng vui vẻ.

Thông qua các tình huống và giải quyết các tình huống trẻ đã biết cách thể hiện cảm xúc phù hợp khi xảy ra các tình huống trong ngày, biết vui chơi đoàn kết, chia sẻ cùng với các bạn.

Giải pháp 4: Giáo dục trẻ kỹ năng nhận biết và kiểm soát cảm xúc thông qua các tình huống hằng ngày

Ở lứa tuổi 4–5 tuổi, trẻ thường bộc lộ cảm xúc một cách tự nhiên nhưng chưa biết cách kiểm soát cảm xúc của bản thân. Trẻ dễ vui, dễ buồn, đôi khi còn nóng giận, khóc, tranh giành đồ chơi hoặc chưa biết cách giải quyết mâu thuẫn với bạn. Vì vậy, việc giáo dục trẻ kỹ năng nhận biết và kiểm soát cảm xúc thông qua các tình huống hằng ngày là rất cần thiết nhằm giúp trẻ hình thành hành vi và cảm xúc tích cực.

Ngoài ra, giáo viên còn sử dụng tranh ảnh, video, câu chuyện, trò chơi tình huống và các biểu tượng cảm xúc để trẻ dễ dàng nhận biết các trạng thái cảm xúc khác nhau. Trong các hoạt động học và chơi, giáo viên khuyến khích trẻ mạnh dạn bày tỏ suy nghĩ, cảm xúc của mình với cô và bạn bè, từ đó giúp trẻ tự tin hơn trong giao tiếp.



Hình ảnh trẻ chơi trò chơi thể hiện cảm xúc theo icon mà trẻ chọn.

Bên cạnh đó, giáo viên tận dụng các tình huống thực tế diễn ra trong ngày để giáo dục trẻ. Khi trẻ tranh giành đồ chơi, khóc nhe, không hòa đồng với bạn hoặc chưa biết kiềm chế cảm xúc, giáo viên không quát mắng mà nhẹ nhàng

phân tích cho trẻ hiểu đúng – sai, hướng dẫn trẻ biết bình tĩnh, biết nói lời xin lỗi, cảm ơn và chia sẻ với bạn. Qua đó giúp trẻ học được cách điều chỉnh hành vi và ứng xử phù hợp trong các mối quan hệ.

Trong quá trình chăm sóc, giáo dục trẻ, giáo viên luôn chú ý quan sát thái độ, cảm xúc và hành vi của trẻ để kịp thời trò chuyện, hướng dẫn trẻ cách nhận biết cảm xúc của bản thân như vui vẻ, buồn bã, tức giận, lo lắng hay sợ hãi. Giáo viên thường sử dụng các câu hỏi gợi mở như: “Con đang cảm thấy thế nào?”, “Vì sao con buồn?”, “Con nên làm gì khi tức giận?” để giúp trẻ biết gọi tên cảm xúc và hiểu nguyên nhân dẫn đến cảm xúc đó.

Giáo viên cũng thường xuyên động viên, khen ngợi những hành vi tích cực của trẻ như biết nhường nhịn, giúp đỡ bạn, biết kiềm chế cảm xúc khi gặp khó khăn. Sự khích lệ kịp thời giúp trẻ cảm thấy được yêu thương, tôn trọng và có động lực thực hiện những hành vi tốt.

Thông qua việc giáo dục trẻ kỹ năng nhận biết và kiểm soát cảm xúc bằng các tình huống gần gũi hằng ngày, trẻ dần biết làm chủ cảm xúc của bản thân, biết ứng xử phù hợp với mọi người xung quanh và hình thành những cảm xúc tích cực trong học tập cũng như trong cuộc sống.

Giải pháp 5: Giúp trẻ kiểm soát cảm xúc bản thân qua sử dụng trò chơi, tranh ảnh để giáo dục tình cảm cho trẻ.

Việc sử dụng trò chơi, tranh ảnh là giải pháp hiệu quả nhất việc khai thác cảm xúc vì trong trò chơi là niềm vui sự sáng tạo, niềm vui chiến thắng, niềm vui đẹp đẽ, niềm vui của những phẩm giá. Hơn nữa, khi chơi, trẻ không chỉ trải nghiệm những cảm xúc tích cực mà cả những cảm xúc, tình cảm tiêu cực: Nỗi buồn khi thất bại, sự giận hờn, chưa thỏa mãn trước kết quả chơi...Tuy nhiên trong phần lớn các trường hợp, trò chơi mang lại cho trẻ niềm vui, sự thoải mái, mãn nguyện. Vì vậy tổ chức cho trẻ chơi các trò chơi để từ các tình huống trong khi chơi trẻ khám phá được cảm xúc của mình, khám phá được tốc độ, khả năng của bản thân mà trẻ không hề hay biết.

Ví dụ: Trò chơi âm nhạc, cô cho trẻ nghe giai điệu buồn, chậm thì trẻ đi chậm, với giai điệu vui tươi nhanh hơn thì trẻ đi nhanh hơn và trẻ vỗ tay, lắc lư theo giai điệu bài hát ấy.

Trò chơi “Vòng tròn vui vẻ”, “Đổi chỗ”, “Buổi hòa nhạc vui vẻ” giúp trẻ kiểm soát tốt được cảm xúc của bản thân. Ngoài ra, các hoạt động này còn tạo cơ hội để trẻ học cách hợp tác, chia sẻ và thấu hiểu cảm xúc của bạn bè xung quanh.

Hay cô cho trẻ kể về những việc làm mà trẻ cảm thấy vui tươi như cho trẻ treo tranh lên góc sản phẩm của bé. Cho trẻ trẻ tìm và tô màu vào mặt cười với

những bước tranh bé biết nói lời xin lỗi, tỏ mặt buồn vào mặt khi trẻ chưa biết nói lời xin lỗi.

Trò chơi: “Ai nhanh nhất” Cô cho trẻ nghe một bài hát trẻ vừa đi vừa hát theo giai điệu bài hát. Khi có tín hiệu trẻ nhanh chân chạy về chuồng. Thông qua trò chơi trẻ kiểm soát được tốc độ của mình, trẻ thấy vui khi mình làm được, trẻ thấy buồn khi mình làm chưa được.



Hình ảnh trẻ chơi trò chơi “Ai nhanh nhất”.

Ngoài ra tôi còn tổ chức cho trẻ chơi các trò chơi trải nghiệm cảm xúc khác nhau của trẻ ở góc bé cùng trải nghiệm.

Ví dụ: Trò chơi “Cảm xúc của bé”

- Chuẩn bị: Cắt tranh bìa với các hình vẽ các khuôn mặt thể hiện trạng thái cảm xúc buồn, vui, tức giận, sợ hãi.

- Cách chơi: Với trò chơi này cô có thể cho trẻ lên úp bức tranh. Trẻ phải thể hiện trạng thái của bức tranh. Các trẻ khác quan sát bạn mình thể hiện trạng thái cảm xúc và thể hiện có đúng không.

Cô cùng trẻ tự do làm các động tác, vận động của thỏ hoặc cầm tay nhau cùng hát “Cáo và thỏ”. Khi cô dừng lại hỏi: “thỏ con cảm thấy thế nào? Thì tất cả trẻ phải tìm vòng tròn có khuôn mặt biểu tượng cho cảm xúc của thỏ con. Tương tự như với cảm xúc buồn, tức giận, sợ hãi”

Hoạt động được lặp lại nhiều lần với các cảm xúc khác nhau để giúp trẻ nhận biết và phân biệt rõ ràng từng trạng thái cảm xúc. Trẻ cần chú ý lắng nghe và phản xạ nhanh để lựa chọn chính xác. Qua đó, trẻ không chỉ được vận động mà còn phát triển khả năng nhận thức cảm xúc và kỹ năng làm việc nhóm.

Luật chơi: Trẻ nào không kịp tìm đúng vòng tròn hoặc đứng sai vị trí sẽ phải thực hiện hình phạt nhảy lò cò một vòng xung quanh lớp.

* Trò chơi “Xúc xắc xúc xê”

Chuẩn bị: Một khối vuông có mặt gắn các hình ảnh cảm xúc khác nhau.

Cách chơi: Khi cô/trẻ tung hoặc lăn khối vuông lên, mặt của khối vuông là hình ảnh nào thì trẻ sẽ gọi tên cảm xúc đó.

Thông qua các trò chơi trẻ được trải nghiệm các tình huống thực tế các cảm xúc của mình, trẻ biết cách kiểm soát cảm xúc, biết được cảm xúc của người khác. Trò chơi trẻ biết chơi hợp tác với các bạn chơi trong nhóm chơi, giữa các nhóm với nhau làm cho giờ chơi trở nên sôi nổi hơn, thích thú hơn.

Giải pháp 6: Bồi dưỡng cảm xúc cho trẻ qua các hoạt động trải nghiệm

Trải nghiệm là quá trình cá nhân tiếp xúc với sự vật, hiện tượng trong môi trường và vận dụng vốn kinh nghiệm của trẻ vào thực tế thông qua các hoạt động các cuộc trải nghiệm, các hội thi của lớp, của trường tổ chức. Quá trình nỗ lực của cả nhóm của của đội mà trẻ đã hoàn thành tốt được nội dung trải, nghiệm, thi. Trẻ thể hiện rõ nét cảm xúc sung sướng trên khuôn mặt khi được tham gia.

Cảm xúc là động cơ, động lực của mọi hành động. Giáo dục cảm xúc giúp trẻ nhiệt tình, hứng thú, say mê, sáng tạo hơn trong hoạt động cùng nhau để tạo ra nhiều sản phẩm vật chất, tinh thần. Lênin đã nói: Cảm xúc luôn luôn hướng tới hoạt động của con người bằng kích thích, hỗ trợ hoặc kìm hãm, cản trở hoạt động đó. Khi nhận thức đúng đắn về vấn đề hay một hiện tượng nào đó giúp người ta có cơ sở đi tới hoạt động đúng.

Trong năm học, cùng với nhà trường, lớp đã tổ chức nhiều hoạt động trải nghiệm ý nghĩa như “Bé trải nghiệm thực hành, chữa cháy và cứu nạn cứu hộ”, “Bé tập gói bánh chưng” trong dịp Tết Nguyên đán, hay các hoạt động quyên góp, giúp đỡ những bạn có hoàn cảnh khó khăn. Thông qua các hoạt động này, trẻ luôn tham gia với tinh thần phấn khởi, hào hứng, mạnh dạn và tự tin thể hiện bản thân. Khi được hóa thân thành những chú bộ đội tỵ hon, các bé không chỉ vui thích mà còn bước đầu hiểu về tinh thần kỷ luật, lòng dũng cảm và tình yêu quê hương. Bên cạnh đó, các hoạt động chia sẻ, giúp đỡ bạn có hoàn cảnh khó khăn cũng góp phần giáo dục trẻ biết yêu thương, quan tâm và sẻ chia với mọi

người xung quanh. Từ đó, trẻ hình thành những phẩm chất tốt đẹp, phát triển toàn diện cả về kỹ năng sống và cảm xúc xã hội.



Hình ảnh trẻ tham gia hoạt động trải nghiệm: “Tuyên truyền trải nghiệm, thực hành phòng cháy chữa cháy và cứu nạn cứu hộ”.



Hình ảnh trẻ trải nghiệm gói bánh chưng ngày Tết.

Bên cạnh đó, các hoạt động quyên góp, chia sẻ với những bạn có hoàn cảnh khó khăn cũng được lớp triển khai một cách nhẹ nhàng, phù hợp, giúp trẻ bước đầu hình thành ý thức quan tâm, yêu thương và biết sẻ chia. Trẻ học cách nhường nhịn, giúp đỡ bạn bè, biết nói lời cảm ơn và xin lỗi đúng lúc, từ đó xây dựng những mối quan hệ tích cực trong tập thể lớp.

Những cảm xúc tích cực là những cảm xúc có những đặc điểm và khuynh hướng tăng cường cảm giác bình yên, duy trì và kích thích con người hướng tới nó. Chúng làm cho mối liên hệ giữa khách thể trở nên dễ dàng. Cảm xúc tích cực làm tăng nghị lực, lòng tự tin, sự lạc quan, tin tưởng, góp phần xây dựng, củng cố ý chí, thôi thúc con người hoạt động hướng thiện, đem lại sức khỏe, niềm tin cho họ.

Thông qua các hoạt động trải nghiệm trẻ đã có nhiều cảm xúc tích cực từ đó trẻ cảm nhận được vẻ đẹp của thế giới xung quanh. Trẻ mạnh dạn, tự tin hơn khi tiếp xúc với con người và sự vật xung quanh trẻ. Trẻ biết chia sẻ, hợp tác và quan tâm đến bạn bè, kiểm soát cảm xúc tốt hơn, hứng thú tham gia các hoạt động .

Giải pháp 7: Phối hợp giữa nhà trường và phụ huynh trong giáo dục cảm xúc cho trẻ.

Để tạo sự nhất quán giữa nhà trường và gia đình trong chăm sóc và giáo dục trẻ, đặc biệt là giáo dục cảm xúc cho trẻ cần phải có sự phối hợp giữa giáo viên và cha mẹ, nên trong những buổi họp hoặc khi đón trả trẻ tôi trao đổi với cha mẹ về vai trò quan trọng của việc giáo dục cảm xúc cho con mình. Mời cha mẹ tham gia vào hoạt động của trẻ tại trường (ngày 8/3, mừng sinh nhật bạn, giúp đỡ các bạn khó khăn...).



Hình ảnh cô tổ chức sinh nhật cho trẻ tại lớp.

Giúp cha mẹ nhận thấy được hình thức, phương pháp và các hoạt động tổ chức giáo dục kỹ năng nhận biết và thể hiện cảm xúc để giáo dục trẻ tại nhà. Sự có mặt tham gia của cha mẹ sẽ tăng thêm hứng thú và trẻ sẽ thấy được ý nghĩa trong mỗi hoạt động.

Tuyên truyền cho cha mẹ tầm quan trọng cũng như biện pháp để giáo dục kỹ năng nhận biết và thể hiện cảm xúc cho trẻ tại nhà, cha mẹ cần giáo dục trẻ bằng tình yêu thương là tấm gương cho trẻ học tập và noi theo, tận dụng cơ hội để trẻ nhận biết cảm xúc và đối phó với cảm xúc của mình.

Cuối mỗi chủ đề, học kỳ giáo viên trao đổi về kỹ năng nhận biết và thể hiện cảm xúc của trẻ và lắng nghe phụ huynh để điều chỉnh kế hoạch giáo dục trẻ, đề nghị với phụ huynh những vấn đề cần phối hợp với trường mầm non. Vì vậy để đạt được kết quả tốt nhất trong việc giáo dục cảm xúc cho trẻ thì phải cần có sự phối hợp hết sức chặt chẽ giữa gia đình và nhà trường, giữa phụ huynh với cô giáo, giữa bố và mẹ.

Nhờ sự phối hợp chặt chẽ giữa gia đình và tôi: Trẻ mạnh dạn và tự tin hơn trong giao tiếp. Trẻ biết thể hiện tình cảm với ông bà, cha mẹ, cô giáo và bạn bè, có thói quen lễ phép, biết quan tâm và giúp đỡ mọi người. Phụ huynh hiểu và đồng hành tích cực hơn trong việc giáo dục cảm xúc cho trẻ. Mối quan hệ giữa gia đình và nhà trường ngày càng gắn bó, hiệu quả.

2.2 Tính mới, tính sáng tạo của các giải pháp mới

Các giải pháp giáo dục cảm xúc cho trẻ mẫu giáo 4-5 tuổi được đề xuất và áp dụng trong sáng kiến này có nhiều điểm mới và sáng tạo, thể hiện rõ sự đổi mới trong tư duy và phương pháp giáo dục mầm non hiện nay, cụ thể như sau:

Chuyển từ phương pháp dạy học thụ động sang lấy trẻ làm trung tâm, coi trẻ là chủ thể của quá trình giáo dục cảm xúc. Trẻ không chỉ nghe, nhìn mà còn được tham gia trải nghiệm, thể hiện cảm xúc, chia sẻ suy nghĩ và xử lý các tình huống gần gũi với cuộc sống hằng ngày.

Giáo dục cảm xúc được thực hiện thường xuyên, liên tục, mọi lúc mọi nơi, không bó hẹp trong giờ học mà được lồng ghép linh hoạt trong các hoạt động sinh hoạt, vui chơi, học tập, trải nghiệm của trẻ.

Sử dụng đa dạng hình thức và phương pháp giáo dục, như kể chuyện, hoạt cảnh, tình huống, trò chơi, tranh ảnh, trải nghiệm thực tế..., giúp trẻ dễ tiếp thu, hứng thú tham gia và ghi nhớ lâu hơn.

Ứng dụng trí tuệ cảm xúc (EQ) trong giáo dục trẻ, hướng dẫn trẻ nhận biết, gọi tên, thể hiện và kiểm soát cảm xúc phù hợp, từ đó hình thành kỹ năng sống và hành vi tích cực ngay từ lứa tuổi mầm non.

Tạo môi trường học tập tích cực, thân thiện, an toàn về mặt cảm xúc, nơi trẻ được tôn trọng, lắng nghe, khích lệ và động viên kịp thời; góp phần xây dựng mối quan hệ gần gũi giữa cô và trẻ, giữa trẻ với trẻ.

Tăng cường các hoạt động trải nghiệm thực tế, giúp trẻ học thông qua hành động và cảm xúc thật, từ đó nâng cao khả năng đồng cảm, chia sẻ và hợp tác với bạn bè.

- Đổi mới hình thức phối hợp với phụ huynh, giúp phụ huynh hiểu rõ vai trò của giáo dục cảm xúc, đồng hành cùng nhà trường trong việc thống nhất phương pháp giáo dục trẻ tại gia đình và tại lớp.

2.3. Khả năng nhân rộng của sáng kiến

Sau khi nghiên cứu và trực tiếp áp dụng sáng kiến: “**Một số biện pháp giáo dục cảm xúc tích cực cho trẻ mẫu giáo 4-5 tuổi trong trường mầm non**” tại lớp Mẫu giáo 4-5 tuổi lớp B4 trường mầm non Văn Lý đã áp dụng thành công tại lớp tôi phụ trách và đã áp dụng thử trong toàn khối mẫu giáo 4-5 tuổi trong trường. Sáng kiến được tổ chuyên môn và Ban lãnh đạo đánh giá cao về hiệu quả khi áp dụng. Vì vậy, sáng kiến còn có khả năng áp dụng cho các trường khác có cùng điều kiện.

Để áp dụng sáng kiến này cần phải đảm bảo các điều kiện sau:

Giáo viên phải nắm vững về phương pháp, sáng tạo trong hình thức tổ chức, tạo môi trường cho trẻ học tập, trao đổi, tham quan, khám phá, trải nghiệm ở mọi lúc, mọi nơi.

Giáo viên phải luôn tận dụng các cơ hội, phương pháp lồng ghép sao cho phù hợp và gây hứng thú cho trẻ ngay từ đầu hoạt động.

Luôn trao đổi, học hỏi, đúc rút kinh nghiệm của đồng nghiệp cũng như của những người đi trước. Không ngừng tự học hỏi, tự bồi dưỡng, tự rèn luyện mình về trình độ chuyên môn.

Làm đồ dùng đồ chơi, sưu tầm các tư liệu bằng hình phù hợp với nội dung giáo dục trong trường mầm non, nhất là việc ứng dụng công nghệ thông tin trong việc giáo dục trẻ.

Vận dụng phương pháp tiên tiến trong việc tổ chức các hoạt động cho trẻ, đảm bảo trẻ là trung tâm của mọi hoạt động.

2.4. Hiệu quả áp dụng, lợi ích thu được từ sáng kiến

Hiệu quả về mặt khoa học: Các giải pháp giáo dục cảm xúc áp dụng cho trẻ 4-5 tuổi phù hợp với đặc điểm tâm sinh lý lứa tuổi và dựa trên cơ sở khoa học của tâm lý học phát triển và giáo dục mầm non. Việc giáo dục cảm xúc giúp trẻ nâng cao khả năng nhận biết, biểu đạt và điều chỉnh cảm xúc, từ đó giảm các hành vi tiêu cực và tăng khả năng tương tác xã hội tích cực. Kết quả cho thấy trẻ

chủ động hơn trong hoạt động, ổn định cảm xúc, hình thành những kỹ năng cảm xúc – xã hội ban đầu, góp phần tạo nền tảng vững chắc cho sự phát triển toàn diện và học tập ở các giai đoạn tiếp theo.

Hiệu quả về mặt kinh tế: Việc giáo dục cảm xúc cho trẻ 4-5 tuổi mang lại hiệu quả kinh tế rõ rệt do chi phí triển khai thấp nhưng lợi ích lâu dài cao. Các giải pháp giáo dục cảm xúc chủ yếu được lồng ghép trong hoạt động hằng ngày, không đòi hỏi cơ sở vật chất hay trang thiết bị tốn kém, song giúp giảm đáng kể các hành vi tiêu cực, hạn chế nhu cầu can thiệp hành vi và hỗ trợ tâm lý về sau. Nhờ đó, nhà trường tiết kiệm chi phí quản lý lớp học, gia đình giảm gánh nặng tài chính liên quan đến chăm sóc và can thiệp chuyên biệt. Về lâu dài, giáo dục cảm xúc sớm góp phần nâng cao chất lượng nguồn nhân lực, giảm chi phí xã hội, thể hiện tính bền vững và hiệu quả kinh tế của giải pháp.

Hiệu quả xã hội: Giáo dục cảm xúc cho trẻ 4-5 tuổi góp phần hình thành sớm những hành vi xã hội tích cực như biết chia sẻ, hợp tác, lắng nghe và tôn trọng người khác. Trẻ có khả năng kiểm soát cảm xúc tốt hơn, giảm xung đột trong giao tiếp, từ đó xây dựng môi trường lớp học thân thiện, an toàn và hòa nhập. Việc giáo dục cảm xúc còn tăng cường sự gắn kết giữa gia đình, nhà trường và xã hội trong chăm sóc, giáo dục trẻ, góp phần hình thành thể hệ công dân có kỹ năng xã hội, nhân cách lành mạnh và thích ứng tốt với cộng đồng trong tương lai.

Các hiệu quả khác: Sau một thời gian thực hiện các biện pháp trên, trẻ lớp tôi đã có nhiều thay đổi và thu được kết quả như sau:

** Đối với giáo viên:*

Bản thân tôi đã có nhiều kinh nghiệm hơn, hiểu được trẻ và những đặc điểm tâm lý của trẻ để vừa trở thành người bạn cùng chơi lại vừa là cô giáo của trẻ. Luôn tôn trọng, cởi mở, thân thiện với đồng nghiệp biết cảm thông, chia sẻ và quan tâm, giúp đỡ khi mọi người gặp khó khăn.

Giáo viên biết lựa chọn mục tiêu, nội dung, các hoạt động để giáo dục cảm xúc, phát triển tình cảm và kỹ năng xã hội lồng ghép vào các hoạt động hằng ngày của trẻ.

Giáo viên nắm được phương pháp tổ chức các hoạt động giáo dục, tạo được môi trường giúp trẻ tự tin trải nghiệm, sáng tạo theo khả năng của trẻ.

Giáo viên chủ động hơn trong việc tìm kiếm, áp dụng phương pháp giáo dục tiên tiến, có nhiều sáng tạo trong công tác nuôi dưỡng, chăm sóc, giáo dục trẻ, đổi mới môi trường học tập nhằm xây dựng thói quen, hành vi và cảm xúc tích cực cho trẻ.

Nâng cao uy tín của nhà trường. Nâng cao uy tín, lòng tin của phụ huynh học sinh về chất lượng chăm sóc giáo dục trẻ của nhà trường.

** Đối với trẻ:*

Trẻ nhận biết được 4 trạng thái cảm xúc: Vui, buồn, tức giận, sợ hãi và mạnh dạn tự tin thể hiện cảm xúc của bản thân.

Trẻ có những hành vi tích cực trong việc thể hiện cảm xúc của mình như: Biết quan tâm, chia sẻ, yêu thương, giúp đỡ bạn và mọi người xung quanh.

Qua đối chứng thực tế, tôi thấy rõ chất lượng của trẻ được tăng lên rõ rệt, đó chính là những thành công từ bài học kinh nghiệm được rút ra qua thực tế tôi giảng dạy tại lớp tôi.

** Đối với phụ huynh:*

Cha mẹ đã quan tâm việc học và chơi cùng trẻ thường xuyên hơn, nâng cao chất lượng tương tác với cô giáo hơn.

Có thái độ tán thưởng, khen ngợi kịp thời khi trẻ có những tiến bộ, tận dụng mọi tình huống thực tế để giáo dục cảm xúc cho trẻ.

Tạo điều kiện để con tham gia các hoạt động xã hội phù hợp với lứa tuổi.

Khuyến khích, động viên trẻ tham gia các hoạt động thể thao, trò chơi đơn giản tại nhà.

Nhiệt tình hưởng ứng các hoạt động của con, làm đồ dùng đồ chơi từ các nguyên vật liệu theo sự hướng dẫn của cô để dạy thêm trẻ ở nhà.

Duy trì nề nếp sinh hoạt khoa học cho trẻ như giờ ăn, ngủ, vui chơi hợp lý.

Làm gương cho trẻ trong lời nói, hành vi ứng xử, góp phần hình thành những thói quen và phẩm chất tốt cho trẻ.

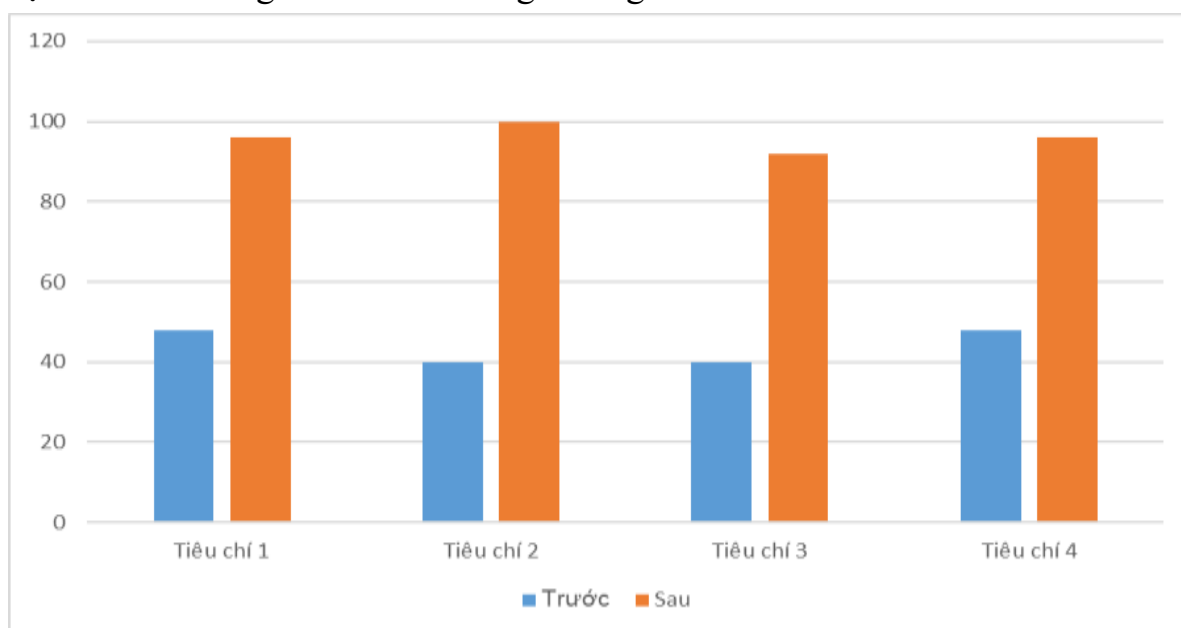
Bảng 2: Bảng khảo sát sau khi áp dụng các giải pháp mới

(Thời điểm khảo sát: Tháng 4/2026)

BẢNG KHẢO SÁT LẦN 2

Tiêu chí	Số trẻ	Đạt		Chưa đạt	
		SL	TL(%)	SL	TL(%)
Trẻ biết chia sẻ với bạn	25	24	96,0	1	4,0
Trẻ thể hiện cảm xúc.	25	25	100	0	0
Biết kiểm soát, điều chỉnh cảm xúc của bản thân	25	23	92,0	2	8,0
Trẻ mạnh dạn giao tiếp với cô và bạn	25	24	96,0	1	4,0

Bảng so sánh trước và sau khi áp dụng: “một số giải pháp giáo dục cảm xúc tích cực cho trẻ mẫu giáo 4-5 tuổi trong trường mầm non”.



IV. Phần kết luận

1. Vai trò của sáng kiến

Giúp trẻ hình thành và phát triển cảm xúc tích cực ngay từ lứa tuổi mầm non. Góp phần phát triển nhân cách toàn diện cho trẻ thông qua các hành vi yêu thương, chia sẻ, hợp tác và lễ phép. Hỗ trợ giáo viên đổi mới phương pháp giáo dục theo hướng lấy trẻ làm trung tâm. Tạo môi trường học tập thân thiện, vui vẻ, giúp trẻ mạnh dạn và tự tin hơn trong giao tiếp. Tăng cường sự phối hợp giữa gia đình và nhà trường trong công tác chăm sóc, giáo dục trẻ.

2. Ý nghĩa của sáng kiến

Giúp trẻ biết nhận diện, bộc lộ và điều chỉnh cảm xúc phù hợp trong các tình huống hằng ngày. Hình thành cho trẻ các kỹ năng sống cần thiết như: giao tiếp, chia sẻ, hợp tác và giải quyết mâu thuẫn. Giúp trẻ có tâm lý vui vẻ, hứng thú khi tham gia các hoạt động học tập và vui chơi. Góp phần nâng cao chất lượng giáo dục toàn diện trong trường mầm non. Giúp phụ huynh hiểu rõ hơn vai trò của giáo dục cảm xúc đối với sự phát triển của trẻ.

3. Tầm quan trọng của sáng kiến trong thực tiễn

Giáo dục cảm xúc là nền tảng quan trọng cho sự phát triển nhân cách và hành vi của trẻ sau này. Các giải pháp trong sáng kiến dễ áp dụng, phù hợp với điều kiện thực tế tại các trường mầm non. Có thể thực hiện linh hoạt thông qua nhiều hoạt động hằng ngày như vui chơi, kể chuyện, trải nghiệm và giao tiếp. Mang lại hiệu quả rõ rệt trong việc giảm tình trạng trẻ nhút nhát, nóng giận hoặc thiếu kỹ năng giao tiếp. Giúp xây dựng môi trường giáo dục tích cực, thân thiện

và hạnh phúc cho trẻ. Sáng kiến có khả năng áp dụng rộng rãi cho giáo viên mầm non trong công tác chăm sóc và giáo dục trẻ 4–5 tuổi.

4. Bài học kinh nghiệm

Trong quá trình thực hiện sáng kiến giáo dục cảm xúc cho trẻ mầm non, giáo viên rút ra nhiều bài học kinh nghiệm quan trọng. Trước hết, việc giáo dục cảm xúc cần được tiến hành thường xuyên, liên tục và lồng ghép linh hoạt vào mọi hoạt động hằng ngày như học tập, vui chơi và sinh hoạt. Giáo viên cần đóng vai trò là tấm gương trong cách giao tiếp, ứng xử nhẹ nhàng, biết lắng nghe và thấu hiểu trẻ, từ đó tạo môi trường lớp học an toàn, thân thiện để trẻ mạnh dạn bộc lộ cảm xúc. Nội dung và phương pháp giáo dục phải phù hợp với lứa tuổi, ưu tiên các hình thức sinh động như trò chơi, kể chuyện, đóng vai để thu hút sự tham gia của trẻ. Bên cạnh đó, việc quan sát, quan tâm đến từng cá nhân giúp giáo viên kịp thời hỗ trợ và định hướng trẻ điều chỉnh cảm xúc theo hướng tích cực. Sự phối hợp chặt chẽ giữa gia đình và nhà trường cũng đóng vai trò rất quan trọng trong việc hình thành và phát triển cảm xúc cho trẻ. Ngoài ra, cần thường xuyên khuyến khích, động viên, khen ngợi kịp thời để trẻ tự tin hơn, đồng thời tận dụng các tình huống thực tế để dạy trẻ cách nhận biết, biểu đạt và kiểm soát cảm xúc. Cuối cùng, giáo viên cần không ngừng tự học hỏi, rút kinh nghiệm và điều chỉnh phương pháp để nâng cao hiệu quả giáo dục, góp phần giúp trẻ phát triển toàn diện cả về nhận thức, kỹ năng và đời sống tình cảm.

5. Kiến nghị

Để thực hiện tốt đề tài này, là giáo viên trực tiếp dạy trẻ, tôi rất mong các cấp lãnh đạo quan tâm nhiều hơn nữa đến bậc học mầm non. Bổ sung thêm đồ dùng, đồ chơi, trang thiết bị dạy học để giáo viên thực hiện tốt chương trình giáo dục mầm non. Cung cấp tài liệu, tạp chí, tập san... để giáo viên tham khảo nâng cao chuyên môn. Tổ chức các đợt thăm quan học tập các trường bạn để cho giáo viên học tập.

Qua thời gian một năm nghiên cứu và vừa thực nghiệm thực hiện đề tài sáng kiến tôi đã thu được kết quả nhất định. Qua đó tôi cũng rút ra được một số kinh nghiệm cho bản thân trong việc thực hiện chuyên môn. Xong cũng không gặp phải ít khó khăn vì vậy bản thân tôi mạnh dạn đưa ra một số đề xuất sau:

a. Đối với cấp Sở Giáo dục và Đào tạo

Tổ chức nhiều lớp bồi dưỡng, tập huấn chuyên sâu về giáo dục cảm xúc – xã hội (SEL) cho đội ngũ giáo viên mầm non.

Cung cấp thêm tài liệu, học liệu mẫu, bộ công cụ đánh giá cảm xúc phù hợp với trẻ 4-5 tuổi để giáo viên dễ dàng triển khai trong thực tế.

Khuyến khích các trường mầm non triển khai chuyên đề giáo dục cảm xúc, đưa nội dung này thành hoạt động thường xuyên trong chương trình chăm sóc – giáo dục trẻ.

Xây dựng các mô hình điểm về lớp học nuôi dưỡng cảm xúc tích cực để giáo viên được tham quan, học tập và áp dụng tại đơn vị mình.

Tạo điều kiện để giáo viên được chia sẻ, trao đổi kinh nghiệm, giới thiệu các sáng kiến hiệu quả nhằm nâng cao chất lượng giáo dục cảm xúc trong toàn ngành.

b. Đối với cấp xã

- Quan tâm hơn đến công tác giáo dục mầm non tại địa phương, tạo điều kiện thuận lợi cho nhà trường trong việc tổ chức các hoạt động giáo dục cảm xúc cho trẻ.

Hỗ trợ kinh phí để nhà trường bổ sung đồ dùng, học liệu, tranh ảnh, góc hoạt động phục vụ cho việc giáo dục cảm xúc.

Phối hợp chặt chẽ với nhà trường trong công tác truyền thông đến phụ huynh về tầm quan trọng của giáo dục cảm xúc đối với trẻ mầm non.

Tạo môi trường an toàn, thân thiện trong cộng đồng để trẻ có cơ hội trải nghiệm, tương tác và phát triển cảm xúc ngoài nhà trường.

c. Đối với lãnh đạo nhà trường:

Tham mưu, đề xuất nhà trường và SGDĐT mở các lớp tập huấn kỹ năng phát triển tình cảm, kỹ năng xã hội cho trẻ, xây dựng các tiết chuyên đề trong xã và học hỏi các xã khác về lĩnh vực khác nhau trong việc chăm sóc, giáo dục trẻ.

d. Đối với giáo viên

Tích cực tự bồi dưỡng, cập nhật kiến thức mới về giáo dục cảm xúc – xã hội để nâng cao năng lực chuyên môn trong quá trình chăm sóc, giáo dục trẻ.

Thường xuyên quan sát, lắng nghe và thấu hiểu cảm xúc của từng trẻ, từ đó có biện pháp hỗ trợ, điều chỉnh phù hợp với nhu cầu và đặc điểm cá nhân.

Chủ động xây dựng môi trường lớp học thân thiện, tích cực, tạo cơ hội để trẻ được chia sẻ, bộc lộ cảm xúc một cách tự nhiên, an toàn.

Tăng cường sử dụng các biện pháp giáo dục cảm xúc trong các hoạt động hằng ngày như giờ chơi, hoạt động góc, giờ ăn, ngủ, vệ sinh và các tình huống thực tế.

Khuyến khích trẻ thể hiện cảm xúc bằng lời nói, nét mặt, hành động; đồng thời hướng dẫn trẻ biết cách kiểm soát cảm xúc tiêu cực và ứng xử phù hợp.

Tích cực phối hợp với đồng nghiệp để trao đổi chuyên môn, chia sẻ kinh nghiệm và xây dựng các hoạt động giáo dục cảm xúc hiệu quả hơn.

Giữ thái độ mẫu mực, bình tĩnh, biết quản trị cảm xúc của bản thân để làm gương cho trẻ trong mọi tình huống.

e. Đối với cha mẹ trẻ

Phối hợp chặt chẽ với giáo viên trong việc theo dõi và hỗ trợ sự phát triển cảm xúc của trẻ tại gia đình. Dành thời gian trò chuyện, lắng nghe và thấu hiểu cảm xúc của trẻ mỗi ngày; khuyến khích trẻ nói ra suy nghĩ, mong muốn và những điều trẻ đang cảm nhận.

Tạo môi trường gia đình ấm áp, an toàn, hạn chế quát mắng, so sánh hoặc làm trẻ bị tổn thương cảm xúc. Làm gương cho trẻ bằng cách kiểm soát cảm xúc của chính mình, ứng xử nhẹ nhàng, tôn trọng và tích cực trong giao tiếp hằng ngày.

Tăng cường cho trẻ tham gia các hoạt động trải nghiệm, tương tác với mọi người để trẻ học cách đồng cảm, chia sẻ và hợp tác. Phối hợp với nhà trường trong việc cung cấp thông tin về tính cách, hoàn cảnh, thói quen của trẻ để giáo viên có biện pháp hỗ trợ phù hợp.

Trên đây là ***“Một số giải pháp giáo dục cảm xúc tích cực cho trẻ mẫu giáo 4-5 tuổi trong trường mầm non”*** của bản thân tôi trong quá trình chăm sóc và nuôi dưỡng giáo dục trẻ, bước đầu đã thu được thành công nhất định. Khi thực hiện đề tài này không thể tránh khỏi những thiếu sót, tôi kính mong sự góp ý, giúp đỡ của các cấp lãnh đạo, các bạn bè đồng nghiệp để kết quả giảng dạy các hoạt động đặc biệt là hoạt động tạo hình của tôi ngày càng được tốt hơn.

Tôi xin cam đoan mọi thông tin nêu trong bản mô tả là chung thực, đúng sự thật, không sao chép, không vi phạm bản quyền và hoàn toàn chịu trách nhiệm trước pháp luật./.

XÁC NHẬN CỦA CƠ QUAN/ĐƠN VỊ

TÁC GIẢ SÁNG KIẾN

Lưu Thị Hải Lý