SỞ GIÁO DỤC VÀ ĐÀO TẠO HÀ NỘI
TRƯỜNG THPT THANH OAI A

CỘNG HÒA XÃ HỘI CHỦ NGHĨA VIỆT NAM
Độc lập – Tự do – Hạnh phúc

Số: 471/KH-TOA

Thanh Oai, ngày 05 tháng 11 năm 2026

KẾ HOẠCH
Lồng ghép nội dung phát triển năng lực trí tuệ cảm xúc trong các hoạt động của nhà trường
Năm học 2026–2027

Căn cứ vào Kế hoạch số 3369/UBND – KGVX, Hà Nội, ngày 08 tháng 7 năm 2026 V/v ban hành Khung năng lực trí tuệ cảm xúc của học sinh Hà Nội và triển khai thực hiện Bộ tiêu chí đánh giá sự phát triển của trẻ em dưới 03 tuổi trên địa bàn thành phố Hà Nội;

Căn cứ Kế hoạch số 3545/KH -SGDĐT, Hà Nội, ngày 08 tháng 7 năm 2026 về triển khai khung năng lực cảm xúc của Hà Nội;

Căn cứ vào Kế hoạch số 417/KH-TOA ngày 05/10/2026, ban hành Kế hoạch giáo dục nhà trường năm học 2026-2027 của Trường THPT Thanh Oai A;

Trường THPT Thanh Oai A xây dựng kế hoạch phát triển năng lực trí tuệ cảm xúc cho học sinh thông qua dạy học, hoạt động trải nghiệm, công tác chủ nhiệm, hoạt động Đoàn, tư vấn học đường, công tác xã hội và xây dựng văn hóa học đường như sau:

I MỤC ĐÍCH VÀ YÊU CẦU

1. Mục đích

Bước đầu lồng ghép việc giáo dục cảm xúc cho học sinh thông qua các hoạt động giáo dục cụ thể của nhà trường

Giúp học sinh nhận biết, hiểu và biểu đạt cảm xúc phù hợp; điều chỉnh hành vi; hình thành động lực học tập, sự kiên trì, khả năng đồng cảm, giao tiếp, hợp tác và giải quyết mâu thuẫn.

Tăng khả năng tìm kiếm trợ giúp, góp phần phòng ngừa bạo lực và bắt nạt học đường; nâng cao năng lực hỗ trợ của đội ngũ; xây dựng môi trường an toàn, tôn trọng và gắn kết.

2. Yêu cầu và nguyên tắc thực hiện

Lồng ghép tự nhiên trong hoạt động hiện có, không tổ chức thành môn học riêng; không tăng áp lực học tập hoặc phát sinh hồ sơ hình thức.

Chưa thực hiện đánh giá tại trường bằng khung năng lực (đợi sở ban hành), bước đầu đanh giá bằng quan sát, nhận diện sự thay đổi ở học sinh từ đó có tác động giáo dục, không sử dụng kết quả đánh giá EQ để chấm điểm, xếp loại hoặc so sánh học sinh; không làm căn cứ thi đua đối với giáo viên, lớp và nhà trường.

Tôn trọng sự khác biệt và quyền lựa chọn chia sẻ. Không ép học sinh công khai cảm xúc, hoàn cảnh gia đình hoặc trải nghiệm tổn thương; không gắn nhãn "EQ thấp".

Giáo viên làm gương trong lắng nghe, phản hồi và xử lý bất đồng. Tôn trọng cảm xúc đồng thời đặt giới hạn rõ ràng với hành vi gây tổn hại.

Chỉ thu thập thông tin cần thiết; thông báo mục đích, người được tiếp cận và giới hạn bảo mật. Báo cáo chung dùng dữ liệu tổng hợp; hồ sơ tư vấn được lưu riêng.

Thực hiện theo chu trình: xác định năng lực - tìm hiểu nhu cầu - thiết kế hoạt động - thực hành – theo dõi – điều chỉnh.

II ĐỐI TƯỢNG VÀ MỤC TIÊU TRIỂN KHAI

Đối tượng: toàn thể học sinh, cán bộ quản lý, giáo viên, nhân viên; phối hợp cha mẹ học sinh và lực lượng hỗ trợ phù hợp. Thời gian: từ khi ban hành đến hết năm học 2026–2027.

100% cán bộ, giáo viên, nhân viên được phổ biến mục đích, nguyên tắc và trách nhiệm phối hợp.

100% lớp có nội dung tích hợp trong kế hoạch chủ nhiệm; mỗi tháng có ít nhất một hoạt động lồng ghép trọng tâm trong thời lượng hoạt động môn học trải nghiệm hướng nghiệp do Giáo viên chủ nhiệm phụ trách.

Mỗi tổ chuyên môn lựa chọn ít nhất một bài học hoặc chủ đề trong mỗi học kỳ triển khai để thực hiện và rút kinh nghiệm.

Mỗi học kỳ triển khai có ít nhất một hoạt động cấp trường hoặc theo khối, tích hợp với kế hoạch đã có. Các lớp được giới thiệu kênh tư vấn và phản ánh an toàn.

Tìm hiểu nhu cầu khi bắt đầu và lấy phản hồi cuối đợt để điều chỉnh. Các mục tiêu phản ánh cơ hội tiếp cận hoạt động, không phải chỉ tiêu "đạt EQ".

III. NỘI DUNG NĂNG LỰC TRỌNG TÂM

Năng lực	Nội dung và biểu hiện thực hành
Nhận thức bản thân	Gọi tên cảm xúc; nhận ra nguyên nhân, nhu cầu; hiểu điểm mạnh và điều cần cải thiện.
Tự điều chỉnh	Dừng lại trước khi phản ứng; lựa chọn cách bình tĩnh; điều chỉnh hành vi, ứng xử, ứng phó áp lực và tìm trợ giúp.
Tự tạo động lực	Đặt mục tiêu phù hợp; chia nhiệm vụ thành bước nhỏ; kiên trì, thử lại và điều chỉnh cách làm.
Nhận thức xã hội	Lắng nghe, xem xét góc nhìn của người khác; đồng cảm, tôn trọng khác biệt, quan tâm cộng đồng.
Kỹ năng xã hội	Diễn đạt nhu cầu, hợp tác, bất đồng có tôn trọng; xin lỗi, sửa sai và xây dựng quan hệ tích cực.

Định hướng theo khối lớp

Khối 10: Thích nghi với môi trường THPT; nhận diện cảm xúc; rèn luyện ứng xử, xây dựng tình bạn, cảm giác thuộc về tập thể và thói quen tìm trợ giúp.

Khối 11: Củng cố động lực; hợp tác; ứng phó áp lực bạn bè; xử lý bất đồng và ứng xử có trách nhiệm trên mạng.

Khối 12: Điều chỉnh căng thẳng trước kỳ thi; quản lý thời gian; trao đổi về kỳ vọng gia đình; định hướng tương lai và chuẩn bị chuyển tiếp.

IV. NHIỆM VỤ VÀ BIỆN PHÁP THỰC HIỆN

1. Hoạt động dạy học và giáo dục

Tổ chuyên môn lựa chọn bài học phù hợp và xác định một hoặc hai kỹ năng cần thực hành. Ngữ văn, Lịch sử có thể khai thác cảm xúc, góc nhìn và lựa chọn của nhân vật; Giáo dục kinh tế và pháp luật sử dụng tình huống ứng xử; Ngoại ngữ luyện cách đề nghị giúp đỡ, từ chối và phản hồi lịch sự.

Các môn Toán, khoa học tự nhiên, Tin học, Công nghệ rèn sự kiên trì, hợp tác và tiếp nhận góp ý; Giáo dục thể chất rèn tôn trọng luật chơi, điều chỉnh cảm xúc khi thắng hoặc thua. Giáo viên phản hồi vào hành vi và nỗ lực, không mỉa mai hoặc quy kết nhân cách.

Minh chứng sử dụng kế hoạch bài dạy, sản phẩm học tập và sinh hoạt tổ hiện có; không yêu cầu giáo án EQ riêng.

2. Hoạt động trải nghiệm và hướng nghiệp

Tổ chức đóng vai, trò chơi hợp tác, dự án nhỏ và hoạt động cộng đồng tập trung các chủ đề: "Hiểu mình để chọn hướng đi", " Đi học để làm gì", "Cùng làm một việc có ích", " Rèn luyện giọng nói tạo ấn tượng ban đầu"

Mỗi hoạt động có phần nhìn lại: Em đã trải qua điều gì? Em nhận ra điều gì? Em sẽ vận dụng như thế nào? Dùng tình huống giả định khi nội dung nhạy cảm, không yêu cầu kể trải nghiệm tổn thương.

3. Công tác chủ nhiệm

GVCN cùng học sinh xây dựng thỏa thuận lớp học: lắng nghe, không chế giễu, không lan truyền chuyện riêng tư, biết tìm hỗ trợ. Dành 5–10 phút trong một số buổi sinh hoạt để luyện gọi tên cảm xúc, dừng trước phản ứng, diễn đạt nhu cầu và sửa sai.

Mỗi tháng lựa chọn một chủ đề lồng ghép trong các tiết hoạt động trải nghiệm hướng nghiệp từ tình huống gần gũi: bị hiểu nhầm, điểm kiểm tra chưa đạt, mâu thuẫn nhóm bạn hoặc áp lực gia đình. Khi có thay đổi đáng chú ý, gặp riêng học sinh để tìm hiểu bối cảnh và phối hợp hỗ trợ.

Khi xử lý vi phạm, xác định rõ hành vi, ảnh hưởng, cách khắc phục và thời điểm theo dõi; không xem lời xin lỗi là bước kết thúc duy nhất. Trao đổi với phụ huynh bằng mô tả cụ thể, tránh nhãn "cá biệt", "lười", "EQ thấp".

4. Hoạt động Đoàn

Lồng ghép trong sinh hoạt chi đoàn, câu lạc bộ, văn nghệ, thể thao, tình nguyện; tổ chức diễn đàn "Lắng nghe để thấu hiểu", "Ứng xử an toàn trên không gian mạng".

Bồi dưỡng lớp trưởng, bí thư chi đoàn về giao tiếp, điều phối nhóm, giới hạn hỗ trợ bạn và tình huống cần báo người lớn. Tạo cơ hội để học sinh đề xuất, tổ chức và rút kinh nghiệm hoạt động.

Truyền thông qua tiểu phẩm, video ngắn, bảng tin; ghi nhận hành động hỗ trợ cụ thể, Phối hợp chặt chẽ với cán bộ tư vấn không xử lý độc lập tình huống có nguy cơ.

5. Tư vấn học đường

Bộ phận tư vấn tham mưu chuyên môn; giới thiệu địa điểm, lịch và kênh đăng ký; hướng dẫn nhận diện cảm xúc, điều chỉnh căng thẳng, giao tiếp và tìm trợ giúp. Tổ chức phòng ngừa toàn trường, hỗ trợ nhóm theo nhu cầu, tư vấn cá nhân và kết nối chuyên môn khi cần.

Nếu sử dụng công cụ nhận diện, đánh giá tâm lý, phải xem xét tính phù hợp với lứa tuổi, mục đích, điều kiện sử dụng và năng lực người thực hiện. Không dùng một kết quả để kết luận toàn diện về học sinh; giải thích trước mục đích, cách dùng thông tin và giới hạn bảo mật.

Quy trình phối hợp: tiếp nhận → xem xét nhu cầu và mức độ an toàn → thống nhất phương án → hỗ trợ → theo dõi. Trường hợp có nguy cơ gây tổn hại nghiêm trọng phải ưu tiên bảo vệ học sinh và kích hoạt quy trình nhanh có phôi hợp với các bộ phận chức năng và gia đình

6. Công tác xã hội trong trường học

Tìm hiểu các rào cản: khó khăn kinh tế, thiếu chăm sóc, xung đột gia đình, nguy cơ cô lập hoặc bạo lực. Xây dựng phương án hỗ trợ khó khăn theo trường hợp theo nguôn kinh phí thực tế của nhà trường hoặc Xã hội hóa

Kết nối gia đình, cộng đồng và đơn vị chuyên môn phù hợp; chỉ chia sẻ thông tin cần thiết cho người có trách nhiệm. Không công khai hoàn cảnh, hình ảnh hoặc câu chuyện riêng tư để vận động hỗ trợ khi chưa có sự đồng ý phù hợp.

Tổ chức hoạt động tương trợ để thực hành đồng cảm, trách nhiệm; theo dõi khả năng học tập, tham gia tập thể và tiếp cận hỗ trợ, không chỉ thống kê quà hoặc kinh phí.

7. Xây dựng văn hóa học đường

Thống nhất cách ứng xử: chào hỏi, lắng nghe, góp ý có tôn trọng, xin lỗi và sửa sai; không làm nhục hoặc đe dọa. Người lớn làm gương trong giao tiếp và giải quyết bất đồng.

Duy trì kênh phản ánh an toàn, công bố đầu mối và cách xử lý; bảo vệ người phản ánh khỏi bị trả đũa. Bố trí nơi phù hợp để học sinh bình tĩnh khi quá tải với sự hỗ trợ của người lớn, không dùng để cô lập hay trừng phạt.

Giáo dục không phát tán nội dung xúc phạm, không cổ vũ bắt nạt; biết tìm trợ giúp khi chứng kiến gây hại. Với bắt nạt, ưu tiên bảo vệ người bị ảnh hưởng, không ép hòa giải, đối thoại hoặc xin lỗi công khai khi chưa bảo đảm an toàn.

8. Phối hợp với cha mẹ học sinh

Lồng ghép trong họp và trao đổi định kỳ; hướng dẫn cha mẹ lắng nghe trước phán xét, phản hồi vào hành vi và đặt kỳ vọng phù hợp. Gợi ý trò chuyện 10 -30 phút không thiết bị điện tử; hỏi con cần lắng nghe hay góp ý; thống nhất cách xử lý bất đồng.

Trao đổi riêng về trường hợp cần hỗ trợ; không đăng thông tin tâm lý cá nhân lên nhóm Zalo chung. Phối hợp hỗ trợ tại nhà và phản hồi cho đầu mối được phân công.

V. TIẾN ĐỘ THỰC HIỆN DỰ KIẾN

Thời gian thực hiện từ tháng 11/2026 đến tháng 5/2027; điều chỉnh phù hợp với thời điểm ban hành và lịch giáo dục thực tế. Các hoạt động được tích hợp vào thời lượng đã có.

Thời gian	**Trọng tâm và kết quả cần có**	**Chủ trì**
11/2026	Phổ biến, tập huấn, tìm hiểu nhu cầu. Chủ đề nhận diện cảm xúc, lắng nghe, biết ơn. Có phân công và thỏa thuận lớp, tổ chức hoạt động rèn luyện giọng nói, giao tiếp gây thiện cảm	BGH, tư vấn, GVCN
12/2026	Đồng cảm và trách nhiệm; khảo sát thăm dò nắm bắt thói quen biểu hiện cảm xúc của học sinh thông qua các hành vi ứng xử giao tiếp và hoạt động hàng ngà, hoạt động tương trợ, hợp tác.	Đoàn, GVCN, Tư vấn, GV HĐTN
01/2027	Bình tĩnh trước áp lực; thực hành tự điều chỉnh. Sơ kết và điều chỉnh nội dung. Ngoại khóa "Đi học để làm gì"	Tư vấn, GVCN, GV HĐTN
02/2027	Mục tiêu nhỏ, nỗ lực mỗi ngày; củng cố động lực. Hỗ trợ học sinh gặp khó khăn thực hiện các phong trào vì cuộc sống cộng đồng, tết ấm yêu thương vv	GVCN, giáo viên bộ môn, ĐTN
03/2027	Hợp tác và giải quyết bất đồng; tích hợp Tháng Thanh niên. Có hoạt động nhóm hoặc diễn đàn.	Đoàn, GVCN
04/2027	Hiểu mình, chọn hướng đi; hỗ trợ áp lực thi cử. Hoạt động theo khối và nhu cầu.	Tư vấn, phụ trách hướng nghiệp

Thời gian	Trọng tâm và kết quả cần có	Chủ trì
05/2027	Nhìn lại sự trưởng thành; lấy phản hồi, tổng kết. Đề xuất nội dung duy trì năm sau.	BGH, các bộ phận
Thường xuyên	Thực hành trong giờ học, sinh hoạt, giao tiếp; tiếp nhận phản ánh và hỗ trợ học sinh.	Toàn trường

VI. PHÂN CÔNG THỰC HIỆN

Hiệu trưởng chỉ đạo, phê duyệt nội dung và nguồn lực; giao Phó Hiệu trưởng Nguyễn Thị Hạnh điều phối, kiểm tra việc thực hiện, chủ trì nhận xét đánh giá

Tổ chuyên môn hướng dẫn tích hợp và rút kinh nghiệm. Giáo viên bộ môn thực hành trong dạy học, phản hồi và chuyển thông tin đúng đầu mối. GVCN triển khai tại lớp, theo dõi nhu cầu và phối hợp gia đình.

Đoàn trường phụ trách hoạt động tập thể, truyền thông và học sinh nòng cốt, Đầu mối công tác xã hội kết nối nguồn lực, theo dõi trường hợp cần hỗ trợ.

Bộ phận giáo vụ và nhân viên liên quan phản ánh khách quan tình huống phát sinh, phối hợp hỗ trợ. Cha mẹ học sinh phối hợp thực hành tại gia đình. Học sinh tham gia phù hợp, tôn trọng người khác và chủ động tìm trợ giúp.

. Bộ phận văn phòng hành chính, hỗ trợ đồng hành lập kế hoạch, phát hành hồ sơ tư vấn hoặc các mảng hoạt động có liên quan.

VII. THEO DÕI VÀ ĐÁNH GIÁ

Theo dõi mức độ thực hiện, cơ hội tiếp cận, sự phù hợp, cảm giác an toàn, khả năng vận dụng kỹ năng và chất lượng phối hợp hỗ trợ. Sử dụng quan sát, sản phẩm hoạt động, phiếu phản hồi ngắn và trao đổi tự nguyện.

Theo dõi tiến bộ cá nhân chỉ phục vụ hỗ trợ, không xếp hạng, chấm điểm, thi đua

GVCN, các bộ phận cập nhật ngắn trong báo cáo định kỳ, Vụ việc nguy cơ mất an toàn báo ngay theo quy trình. Đầu mối tổng hợp báo cáo hoạt động, mức tham gia, phản hồi, khó khăn và đề xuất điều chỉnh nếu có

VIII. KINH PHÍ VÀ ĐIỀU KIỆN BẢO ĐẢM

Sử dụng kinh phí trong dự toán được phê duyệt và nguồn hỗ trợ hợp pháp, phù hợp; tận dụng phòng học, không gian và hoạt động sẵn có.

Bộ phận phụ trách phối hợp kế toán lập dự toán cụ thể, Nội dung chi dự kiến gồm tài liệu, tập huấn, vật tư, truyền thông và hỗ trợ chuyên môn được xây dựng cụ thể trong kế hoạch hoạt động, trình phê duyệt trước khi thực hiện theo đúng quy định

Các tổ chuyên môn, bộ phận và cá nhân căn cứ kế hoạch để thực hiện; phản ánh kịp thời khó khăn về Ban Giám hiệu để xem xét, điều chỉnh./.

Nơi nhận:
- Ban Giám hiệu;
- Các tổ chuyên môn;
- Đoàn trường, GVCN các lớp;
- Lưu: VT.

HIỆU TRƯỞNG

SỞ GIÁO DỤC VÀ ĐÀO TẠO THÀNH PHỐ HÀ NỘI
TRƯỜNG TRUNG HỌC PHỔ THÔNG THANH OAI A

Nguyễn Hồng Quang