

## BIỆN PHÁP

### “Một số biện pháp rèn kỹ năng sống cho trẻ mẫu giáo 4 - 5 tuổi”

#### 1. Lý do chọn biện pháp.

##### 1.1 Cơ sở lý luận

Như chúng ta đã biết mục tiêu của giáo dục mầm non là chăm sóc nuôi dưỡng giáo dục trẻ, giúp trẻ phát triển toàn diện 5 lĩnh vực, hình thành những yếu tố đầu tiên của nhân cách, hình thành và phát triển cho trẻ những chức năng tâm lý, năng lực phẩm chất mang tính nền tảng, những kỹ năng sống cần thiết phù hợp với lứa tuổi.

Trong những năm qua, giáo dục không ngừng đổi mới về hình thức, nội dung phương pháp tổ chức dạy học cho trẻ. Giáo dục kỹ năng sống là nội dung quan trọng được mọi người cùng quan tâm, đó chính là những kỹ năng như: Sự hợp tác, tự kiểm soát, tính tự tin, tự lập, khả năng thấu hiểu và giao tiếp. Với trẻ kỹ năng sống vô cùng cần thiết nếu không có kỹ năng sống thì sẽ gặp rất nhiều khó khăn trong cuộc sống.



Trên thực tế tôi đang trực tiếp chăm sóc dạy dỗ các cháu lớp 4 tuổi, tổng số 21 cháu. Qua quá trình dạy dỗ tiếp xúc với trẻ tôi thấy trẻ lứa tuổi này bắt đầu ý thức bản thân, bắt đầu xuất hiện tính ích kỷ, không muốn chia sẻ mọi thứ với người xung quanh, nhiều trẻ dụt dè nhút nhát, thiếu tự tin, sự nhận thức còn hạn hẹp, đặc biệt chưa có nề nếp kỹ năng sống. Hay có những cháu xuất hiện tình trạng thụ động, không biết ứng phó trong những hoàn cảnh nguy cấp, những nguyên nhân sâu xa nhất vẫn là việc thiếu kỹ năng sống.

Nhận thức được tầm quan trọng của kỹ năng sống đối với sự phát triển của trẻ, đồng thời với tinh thần trách nhiệm cao, lòng say mê nhiệt tình tôi đã mạnh dạn thực hiện “Một số biện pháp rèn kỹ năng sống cho trẻ mẫu giáo 4-5 tuổi”.

## 1.2. Cơ sở thực tiễn

### \*Ưu điểm:

Nhà trường đầu tư mua sắm trang thiết bị, đồ dùng dạy học, môi trường giáo dục trong và lớp học tương đối đảm bảo.

- Đội ngũ giáo viên luôn yêu nghề, mến trẻ, 100% chuẩn về trình độ đào tạo trở lên, kết quả đánh chuẩn nghề nghiệp hàng năm đạt 100% xếp loại từ khá trở lên.

- Tỷ lệ học sinh trong độ tuổi ra lớp đạt 100% so với kế hoạch giao, trẻ tham gia tích cực các hoạt động giáo dục học tập, vui chơi trong ngày. Kết quả đánh giá các lĩnh vực phát triển đạt 90% trở lên, chất lượng chuyên lớp hàng năm đạt 100%.



- Độ tuổi mẫu giáo 4- 5 tuổi, trẻ là con em dân tộc, chưa mạnh dạn trong khi chơi, trẻ còn nhút nhát, trẻ nói ngọng, nhất là ngọng từ địa phương.

- Giáo viên dạy lồng ghép tích hợp các trò chơi vào các hoạt động trong ngày còn hạn chế, chưa sáng tạo, linh hoạt.

- Đồ dùng, đồ chơi chưa phong phú. Bên cạnh đó một số cháu còn dụt dè nhút nhát chưa tự tin tham gia vào hoạt động chơi

## 1.3 Tồn tại hạn chế.

-Số trẻ là con em dân tộc cũng gây khó khăn cho việc phân nhóm hoạt động. Rèn luyện các kỹ năng cho trẻ không đồng đều

- Giáo viên dạy lồng ghép tích hợp các trò chơi vào các hoạt động trong ngày còn hạn chế, chưa sáng tạo, linh hoạt.

- Đồ dùng, đồ chơi chưa phong phú, đa dạng

- Phụ huynh nuông chiều con, cho con xem điện thoại, ti vi quá nhiều, chưa giành nhiều thời gian trò chuyện và chơi cùng con,

- Bản thân tôi luôn yêu nghề, mến trẻ, có tinh thần ham học hỏi chuyên môn. Luôn chủ động tìm tòi và sáng tạo trong việc làm đồ dùng đồ chơi tự tạo, tìm trò chơi phục vụ cho hoạt động học và vui chơi của trẻ.

- Đa số trẻ rất hứng thú, tích cực tham gia vào các hoạt động vui chơi.

#### **1.4. Nguyên nhân dẫn đến những tồn tại hạn chế.**

-Phân đa phụ huynh còn khó khăn về kinh tế, nên việc cung cấp đồ dùng đồ chơi cho trẻ được nhận thức tại gia đình cũng như ở lớp chưa được chú trọng. Nhận thức của một số phụ huynh còn hạn chế. Một số giáo viên chưa thật sự đầu tư một cách tích cực vào quá trình soạn giảng (còn xem nhẹ hoạt động rèn kỹ năng cũng như môn học nhận thức này). Còn dạy theo hình thức đối phó, chỉ trọng tâm vào nhận thức cho trẻ.

Đây là những nguyên nhân dẫn đến tiết học rời rạc, tiết dạy đạt kết quả chưa cao. Chính thực trạng này là nỗi lo của nhiều giáo viên hiện nay.

### **2. Nội dung, biện pháp thực hiện.**

#### **2.1. Biện pháp 1: Tìm hiểu những đặc điểm tâm sinh lý của trẻ và xác định nội dung giáo dục kỹ năng sống cho trẻ**

Để bắt đầu với đề tài này, tôi đã xác định được công việc trước tiên cần phải làm đó là tìm hiểu về đặc điểm tâm sinh lý của trẻ 4 - 5 tuổi để từ đó có được cơ sở cho việc đưa ra các nội dung giáo dục kỹ năng sống cho trẻ phù hợp nhất.

Trẻ 4- 5 tuổi ngày càng ý thức mình là một thành viên trong tập thể, trẻ rất dễ dàng sử dụng vốn từ vựng để khen, chê hay “chỉnh” những đứa trẻ khác nhằm hướng sự chú ý của người khác vào chúng và thuyết phục các bạn cùng chơi khác chấp nhận ý tưởng mà chúng đưa ra.

Trẻ rất thích chơi với trẻ khác, có thể dọa dẫm để dành lại một bạn chơi hoặc để được tham gia vào một nhóm bạn. Vậy nên, đôi khi ta có thể nghe thấy chúng nói với nhau “mình là bạn nhé” hoặc “mình không chơi với bạn đâu”.



Trẻ 4-5 tuổi cần nhiều không gian để chơi chúng có thể tranh dành đồ chơi thậm chí còn đánh đấm nhau để dành được đồ chơi.

Trẻ thích được khám phá những điều mới lạ. Chúng tin vào những gì chúng nhìn thấy, nghe thấy và chạm vào. Ở tuổi này trẻ cũng rất tò mò và hay đặt câu hỏi “Tại sao?”

Vì vậy tôi luôn phải tìm hiểu và nắm bắt được tâm lý của trẻ qua các hoạt động học, các trò chơi, giờ ăn ngủ, giờ trả trẻ. Qua các hoạt động đó tôi quan sát hoạt động của từng trẻ cụ thể xem cháu nào mạnh dạn tham gia, cháu nào còn nhút nhát,

Từ việc tìm hiểu và nắm được các đặc điểm tâm sinh lý của từng trẻ đã giúp tôi xây dựng nội dung giáo dục kỹ năng sống cho trẻ được dễ dàng và đạt hiệu quả cao hơn.

## ***2.2. Biện pháp 2: Xây dựng nội dung giáo dục kỹ năng sống cho trẻ. ( Gồm có 5 nội dung giáo dục)***

### ***\* Nội dung 1: Giáo dục cho trẻ kỹ năng sống hợp tác:***

Ở độ tuổi này trẻ bắt đầu quan tâm đến bạn trong nhóm, biết chia sẻ với bạn những suy nghĩ của mình, biết hợp tác với nhau để xây dựng một công trình (Khi chơi ở góc xây dựng), biết hợp tác với nhau để tạo ra một bức tranh (Khi chơi góc tạo hình), Vậy hợp tác là khi mọi người biết làm việc chung với nhau và cùng hướng về một mục tiêu chung. Tuy nhiên trẻ vẫn làm việc theo nhóm với cách hiểu đơn giản là gộp bạn lại chứ chưa có sự gắn kết chặt chẽ.

Để làm được điều này, tôi thường tổ chức cho trẻ chơi các trò chơi theo nhóm, trò chơi dân gian,

Ví dụ: Khi chơi góc xây dựng “*Vườn hoa mùa xuân*”, trẻ biết phân công bạn nào làm kỹ sư trưởng, bạn nào xây hàng rào, bạn nào xây bồn hoa và ai là người trồng hoa... Khi bạn A xây dựng xong hàng rào biết ra giúp đỡ các bạn khác để cùng nhau hoàn thành tốt công trình xây dựng của nhóm mình.



### **\* Nội dung 2: Giáo dục cho trẻ kỹ năng sống tự tin:**

Tự tin là một trong những yếu tố kỹ năng quan trọng mà chúng ta cần từng bước xây dựng cho trẻ từ khi còn nhỏ tuổi. Nghĩa là giúp trẻ cảm nhận được mình là ai, cả về cá nhân cũng như trong mối quan hệ với những người khác. Sự tự tin sẽ giúp trẻ dám nỗ lực, không ngại thử thách; trẻ tự tin sẽ có khả năng sống độc lập, hòa nhập xã hội tốt và dễ thành công hơn. Kỹ năng sống này giúp trẻ luôn cảm thấy tự tin trong mọi tình huống ở mọi nơi.

Vậy làm thế nào để giáo dục trẻ kỹ năng sống tự tin, đó là một vấn đề không phải đơn giản, vì trên thực tế trẻ lớp tôi phụ trách đa phần là con em dân tộc thiểu số, sống ở vùng nông thôn, ít được va chạm chỗ đông người. Cha mẹ làm ăn xa, trẻ đa số ở với ông bà nên sự hiểu biết về cách dạy kỹ năng sống tự tin cho con còn nhiều phụ huynh chưa hiểu rõ hết. Những ngày đầu đến lớp nhiều trẻ còn nhút nhát, chưa mạnh dạn, chưa có thói quen nề nếp, đi lại tự do, còn nói chống không chưa biết thưa gửi...

Bên cạnh đó để giúp trẻ có kỹ năng sống tự tin, vào các thời điểm trong ngày tôi luôn tạo cơ hội gần gũi, trò chuyện với trẻ bằng lời nói, cử chỉ thể hiện cảm xúc, ánh mắt, nét mặt sẽ khiến trẻ cảm nhận được thái độ, tình cảm của người giao tiếp. Ngoài ra tôi thường tổ chức các hoạt động tập thể cho trẻ cùng tham gia như các trò chơi, hoạt động ngoài trời...

Trong lớp tôi có một số trẻ nhút nhát, tôi luôn tạo cơ hội gần gũi trò chuyện với trẻ bằng những câu hỏi đơn giản gợi mở, gần gũi qua đó trẻ mạnh dạn hơn, tự tin, hứng thú tham gia vào các hoạt động.

**\* Nội dung 3: Giáo dục cho trẻ kỹ năng giao tiếp ứng xử:**

Kỹ năng giao tiếp ứng xử đóng vai trò quan trọng trong cuộc sống của trẻ, giúp trẻ nhận biết các giá trị sống và hình thành các kỹ năng sống. Trẻ giao tiếp ra sao, như thế nào là hoàn toàn do chúng ta dạy dỗ,

- Kỹ năng giao tiếp với bạn bè. Lớp học chính là một thế giới thu nhỏ của xã hội mà hàng ngày cho trẻ được tiếp xúc, là nơi đa văn hóa, đa tính cách và cũng là nơi đa sở thích. Chính vì vậy tôi có thể dạy trẻ tìm hiểu, khám phá những sở thích của chính bản thân, quan tâm đến bạn bè...Trẻ trong lớp tôi mỗi trẻ lại có tính cách khác nhau, có những trẻ hoạt bát nhanh nhẹn, hiếu động nhưng có những trẻ chậm chạp, thụ động hoặc nóng nảy.

Chính vì vậy tôi đã tìm hiểu tâm lý, tính cách của từng trẻ trong lớp để thuận tiện cho việc dạy và rèn kỹ năng giao tiếp cho trẻ, mà việc này thường thể hiện rõ nhất ở giờ hoạt động góc và nhất là góc chơi phân vai,

Ví dụ: Khi cho trẻ chơi trò chơi “Bán hàng”, ngoài ra trong giờ học hoạt động chung, tôi tăng cường cho trẻ trả lời câu hỏi của cô, cho trẻ tập kể truyện, đóng kịch để giúp vốn từ ngày càng phong phú hơn.



- Kỹ năng giao tiếp với người lớn và mọi người xung quanh trẻ. Với những hình thức như vậy trẻ lớp tôi dần đã có kỹ năng sống nhất định, trẻ biết thưa gửi, nói lễ phép với cô giáo, với người lớn.

**\* Nội dung 4: Giáo dục kỹ năng tự bảo vệ bản thân:**

Xã hội hiện đại mang đến cho cuộc sống con người nhiều tiện ích, sự thoải mái nhưng cũng tiềm ẩn nhiều mối nguy hiểm, đặc biệt là đối với con trẻ. Điều này đòi hỏi mỗi trẻ đều phải có kỹ năng để xử lý cũng như bảo vệ chính bản thân mình.

Trẻ có kỹ năng bảo vệ bản thân sẽ biết cách làm thế nào để tránh xa những mối nguy hiểm hoặc khám phá thế giới trong phạm vi an toàn.

Trên thực tế, trẻ ở lứa tuổi này, hầu hết chưa phân biệt được những gì là nguy hiểm, không nguy hiểm với mình. Vì vậy nên việc giúp trẻ phân biệt những mối nguy hiểm tôi luôn lồng ghép vào đề giáo dục trẻ qua những câu chuyện, qua hoạt động học, qua tranh ảnh, video...

- Các mối nguy hiểm trong gia đình, trường học: Ổ điện, quạt điện, bếp ga, phích nước nóng, bàn là...tôi sẽ lồng vào hoạt động khám phá để dạy trẻ.

Ví dụ: Với tình huống khi trẻ đi chơi công viên, đi siêu thị hay đi ra chợ mà trẻ bị lạc bố, mẹ. Tôi dạy cho trẻ những kỹ năng phải bình tĩnh, không khóc và không được chạy lung tung mà hãy đứng yên một chỗ chờ. Vì có thể đó là người xấu lợi dụng và sẽ bắt cóc con.

Vậy kỹ năng tự bảo vệ bản thân là thật sự cần thiết dạy cho con trẻ, xã hội đang phát triển đồng nghĩa với những tệ nạn xã hội một nhiều, trang bị cho trẻ những kỹ năng tự bảo vệ bản thân chính là trang bị cho trẻ những hành trang để trẻ có thể sống an toàn, lành mạnh hơn.

**\* Nội dung 5: Kỹ năng tự phục vụ:**

- Dạy cho trẻ biết các kỹ năng tự phục vụ, trẻ ý thức được sự cần thiết của việc tự phục vụ bản thân, tăng cường tính độc lập, trẻ có trách nhiệm sống hơn đối với chính mình,



- Sau khi áp dụng kỹ năng tự phục vụ tôi nhận thấy trẻ đã có những chuyển biến rõ rệt như: Trong bữa ăn trẻ tự xúc cơm, khi ăn xong biết để bát

vào nơi quy định. Trong giờ ngủ, trẻ tự đi lấy gối của mình, ngủ dậy biết tự cất gối đúng nơi quy định....

### **2.3. Biện pháp 3: Tạo môi trường thuận lợi để dạy trẻ Kỹ năng sống.**

Môi trường giáo dục có ảnh hưởng rất lớn đến kết quả giáo dục trẻ. Có môi trường trong lớp và môi trường ngoài lớp học. Môi trường trong lớp như các góc hoạt động được bố trí hợp lý, đồ dùng học tập phong phú đa dạng đẹp mắt thu hút trẻ tham gia vào các hoạt động. Môi trường ngoài lớp như góc thiên nhiên, vườn cây, vườn cỏ tích.....

Xây dựng cảnh quan sư phạm trong lớp học. Tôi luôn chú ý tạo cảnh quan sư phạm trong lớp học, đồ dùng đồ chơi được sắp xếp gọn gàng, Đặc biệt là góc thiên nhiên được trang trí và trồng nhiều cây cảnh để tạo cho trẻ một không gian xanh, để mỗi ngày trẻ có thể tự mình chăm sóc cây xanh.

Qua hoạt động này kích thích trẻ yêu lao động, hình thành thói quen, kỹ năng lao động ở trẻ và tạo tình cảm của trẻ với thế giới thiên nhiên, gần gũi với thiên nhiên, cây cối xung quanh mình.



Đối với giá góc đồ chơi, cuối tuần tôi thường tổ chức cho trẻ thi đua lau dọn, sắp xếp đồ chơi gọn gàng. Nhờ vậy, qua mỗi lần tổ chức hoạt động vui chơi, trẻ chơi xong biết thu dọn đồ chơi gọn gàng, ngăn nắp.

Trang trí các mảng tường có nội dung Giáo dục kỹ năng sống như: Treo hình ảnh các bước rửa tay đúng cách ngay ở dưới vòi nước rửa tay của trẻ.

Góc tuyên truyền ở lớp: Tôi sưu tầm các bài tuyên truyền giáo dục kỹ năng sống cho trẻ trên mạng hay trên báo để dán ở góc tuyên truyền dành cho cha mẹ trẻ để Phụ huynh khi đưa đón trẻ đến lớp có thể đọc.

### **2.4. Biện pháp 4: Tuyên truyền, phối hợp với cha mẹ để thực hiện dạy trẻ các kỹ năng sống.**

Đây là hình thức thường làm và đạt hiệu quả rất cao trong các hoạt động. Trong buổi họp đầu năm, tôi đã mạnh dạn trao đổi với phụ huynh về tầm quan trọng của giáo dục kỹ năng sống đối với trẻ.

Thông qua buổi họp phụ huynh, tôi phổ biến và tuyên truyền cách nuôi dạy con như thế nào cho khoa học và cách giáo dục kỹ năng sống đối với trẻ lúc ở nhà.

Phụ huynh phải là tấm gương sáng cho con về giáo dục kỹ năng sống. Ở nhà, bố mẹ phải mẫu mực trong giao tiếp, ứng xử, xung hô để con học noi. Nhờ có sự phối kết hợp chặt chẽ giữa giáo viên với cha mẹ trẻ mà tôi thấy các kỹ năng sống của trẻ tốt hơn rất nhiều, đặc biệt là các kỹ năng tự phục vụ, kỹ năng giao tiếp bằng tiếng phổ thông và hầu hết trẻ có kỹ năng sống cần thiết theo độ tuổi.



### 3. Kết quả.

Qua áp dụng thì tôi nhận thấy giáo dục kỹ năng sống các tình huống trong cuộc sống, Kỹ năng giao tiếp, thích nghi, khám phá thế giới xung quanh, kỹ năng tự chăm sóc bản thân, kỹ năng tạo niềm vui, tự bảo vệ mình, kỹ năng làm việc nhóm, và kỹ năng tự giải quyết một số tình huống phù hợp với lứa tuổi.

**Kết quả cụ thể như sau:**

Tổng số trẻ	Nội dung	Trước khi áp dụng		Sau khi áp dụng		So sánh %
		Số lượng	Tỷ lệ %	Số lượng	Tỷ lệ %	
21	1, Trẻ có kỹ năng giao tiếp ứng xử	13/21	61%	19/21	90%	Tăng 29 %
	2, Trẻ có kỹ năng tự phục vụ	13/21	61%	20/21	95%	Tăng 34%
	3, Trẻ có kỹ năng hợp tác	12/21	57%	20/21	95%	Tăng 38%
	4, Trẻ có kỹ năng tự bảo vệ bản thân	12/21	57%	20/21	95%	Tăng 38%
	5, Trẻ có kỹ năng mạnh dạn, tự tin	13/21	61%	18/21	85%	Tăng 24%

#### IV. ĐÁNH GIÁ CHUNG.

- Sau khi nghiên cứu và thực hiện các biện pháp, tôi nhận thấy chất lượng giáo dục về kỹ năng sống cho trẻ được tăng lên rõ rệt. Trẻ ngoan hơn, lễ phép hơn, trẻ được hình thành những thói quen vệ sinh văn minh, giao tiếp mạnh dạn với mọi người, biết chào hỏi khi có khách đến, biết trao nhận bằng hai tay, biết quan tâm giúp đỡ bạn bè, cô giáo, ba mẹ, biết tự làm một số công việc đơn giản để phục vụ bản thân...

- Tổ chức tốt hoạt động vui chơi, không chỉ là phương tiện giáo dục nhận thức, đạo đức, trí tuệ, thể lực cho trẻ. Mà còn chuẩn bị cho trẻ một số phẩm chất cần thiết cho hoạt động học tập sau này.

- Hoạt động vui chơi với trẻ vừa là học tập, vừa là lao động cũng là hình thức giáo dục tốt nhất. Thông qua vai chơi giáo dục toàn diện cho trẻ.

Kỹ năng sống được lồng ghép thông qua các hoạt động có trong nhà trường và ở mọi lúc mọi nơi, các hoạt động chuyên môn, lễ hội...

Trong quá trình áp dụng các biện pháp, cần chú ý kết hợp nhiều biện pháp với nhau để đạt hiệu quả cao.

#### **V. PHƯƠNG HƯỚNG NHIỆM VỤ TRONG NĂM HỌC TIẾP THEO.**

Tiếp tục thực hiện đề tài, phát huy những điểm mạnh đã đạt được và khắc phục những khó khăn, thiếu sót.

Luôn quan tâm, gần gũi tìm hiểu về tâm sinh lý lứa tuổi cũng như tâm sinh lý của từng cá nhân trẻ trong lớp để có cách thức dạy trẻ phù hợp.

Tăng cường ứng dụng công nghệ thông tin vào giảng dạy, cung cấp nhiều kiến thức mới cho trẻ.

Tham mưu với Ban giám hiệu nhà trường xây dựng môi trường trong và ngoài lớp sạch đẹp, an toàn thu hút trẻ.

Tuyên truyền tới các bậc phụ huynh tầm quan trọng của việc rèn kỹ năng sống cho trẻ.

Trên đây là nội dung biện pháp “Một số biện pháp rèn kỹ năng sống cho trẻ mẫu giáo 4 - 5 tuổi” mà tôi đã thực hiện. Tôi rất mong sự đóng góp ý kiến của hội đồng giám khảo để tôi tiếp tục hoàn thiện và nâng cao nội dung nghiên cứu của mình.

*Tôi xin chân thành cảm ơn!*

*Việt Hồng, ngày 24 tháng 10 năm 2025*

**XÁC NHẬN CỦA HIỆU TRƯỞNG**

**Người viết**

**Lê Thị Mai Phương**

**Bàn Thị Thủy**

**VI: MỤC LỤC**

<b>TT</b>	<b>Nội dung</b>	<b>Trang</b>
<b>I</b>	<b>LÝ DO CHỌN BIỆN PHÁP</b>	1
1	Cơ sở lý luận	1
2	Cơ sở thực tiễn	2
3	Hạn chế tồn tại	3
4	Nguyên nhân hạn chế tồn tại	4
<b>II</b>	<b>NỘI DUNG, BIỆN PHÁP THỰC HIỆN</b>	4
1	Biện pháp 1: Tìm hiểu những đặc điểm tâm sinh lý của trẻ và xác định nội dung giáo dục kỹ năng sống cho trẻ	4
2	Biện pháp 2: Xây dựng nội dung giáo dục kỹ năng sống cho	6
3	Biện pháp 3: Tạo môi trường thuận lợi để dạy trẻ Kỹ năng sống	7
4	Biện pháp 4: Tuyên truyền, phối hợp với cha mẹ để thực hiện dạy trẻ các kỹ năng sống.	8
<b>III</b>	<b>KẾT QUẢ THỰC HIỆN</b>	9
1	Đối với nhà trường	10
2	Đối với giáo viên	10
3	Đối với phụ huynh	10
4	Đối với trẻ	10
<b>IV</b>	<b>ĐÁNH GIÁ CHUNG</b>	11
<b>V</b>	<b>PHƯƠNG HƯỚNG, NHIỆM VỤ TRONG CÁC NĂM HỌC TỚI</b>	11
1	Phương hướng	11
2	Kiến nghị, đề xuất	12
<b>VI</b>	<b>MỤC LỤC</b>	13