



BRITISH VIETNAMESE INTERNATIONAL SCHOOL
HO CHI MINH CITY
A NORD ANGLIA EDUCATION SCHOOL

KEY STAGE 3 & YEAR 6 PARENT SEMINAR

PUBERTY

 8:45 am | Wednesday 8th May 2024

 Main Hall

Key information parents will receive:

- How we teach puberty to Key Stage 3 students & Year 6 students at BVIS
- How brain developments in puberty affect behaviour and mental wellbeing
- Some parental guidance on supporting children going through puberty





BRITISH VIETNAMESE INTERNATIONAL SCHOOL
HO CHI MINH CITY
A NORD ANGLIA EDUCATION SCHOOL

Puberty – how do we teach it at BVIS?

Dậy thì – Các em học gì về dậy thì tại BVIS?



Bài học	Phát triển	Vững chắc	Mở rộng
B1 3.1 Tuổi vị thành niên	Tôi có thể nêu định nghĩa về tuổi vị thành niên và tuổi dậy thì. Tôi có thể nêu sự thay đổi của cơ thể bé trai và bé gái tuổi dậy thì	Tôi có thể nêu sự khác nhau giữa tuổi vị thành niên và tuổi dậy thì. Tôi có thể mô tả những thay đổi chính diễn ra trong tuổi dậy thì.	Tôi có thể giải thích khác nhau giữa tuổi thành niên và dậy thì. Tôi có thể giải thích những thay đổi chính diễn ra trong dậy thì.
B1 3.2 Hệ sinh sản	Tôi có thể kể tên bộ phận chính của cơ quan sinh dục nam và nữ. Tôi có thể nêu chức năng của bộ phận chính của cơ quan sinh dục nam và nữ.	Tôi có thể mô tả cấu trúc chính của cơ quan sinh dục nam và nữ. Tôi có thể mô tả chức năng của các bộ phận chính trong cơ quan sinh dục nam và nữ.	Tôi có thể giải thích khác nhau giữa chức năng của các bộ phận cơ quan sinh dục nam và nữ. Tôi có thể giải thích sự thích nghi của một số bộ phận chính.
B1 3.3 Thụ tinh và thụ thai	Tôi có thể nêu định nghĩa về giao tử. Tôi có thể nêu định nghĩa về thụ tinh.	Tôi có thể mô tả cấu tạo và chức năng của giao tử. Tôi có thể mô tả quá trình thụ tinh.	Tôi có thể so sánh giao tử đực và cái. Tôi có thể giải thích các giai đoạn thụ tinh và thụ thai.
B1 3.4 Sự phát triển của thai	Tôi có thể nêu định nghĩa về thời kỳ mang thai. Tôi có thể nêu thời kỳ mang thai kéo dài trong bao lâu.	Tôi có thể mô tả những gì xảy ra trong thời kỳ mang thai. Tôi có thể mô tả những gì xảy ra trong khi sinh.	Tôi có thể mô tả trình tự các quá trình trong thai nghén. Tôi có thể giải thích cơn dẫn đến sinh nở như thế
B1 3.5 Chu kỳ kinh nguyệt	Tôi có thể nêu định nghĩa đơn giản về chu kỳ kinh nguyệt. Tôi có thể nêu các giai đoạn chính trong chu kỳ kinh nguyệt.	Tôi có thể nêu chu kỳ kinh nguyệt là gì. Tôi có thể mô tả các giai đoạn chính của chu kỳ kinh nguyệt.	Tôi có thể giải thích vai trò của kỳ kinh nguyệt trong sinh sản. Tôi có thể mô tả giai đoạn kỳ kinh nguyệt như một các sự kiện được tính th



Yr 7 – Animal and Plant Reproduction

Lớp 7 – sinh sản ở động vật và thực vật

Bài học	Phát triển	Vững chắc	Mở rộng
B1 3.6 Hoa và thụ phấn	Tôi có thể gọi tên các bộ phận của một bông hoa. Tôi có thể nêu ý nghĩa của thụ phấn. Tôi có thể kể tên hai phương pháp thụ phấn.	Tôi có thể xác định các bộ phận chính trong một bông hoa. Tôi có thể mô tả quá trình thụ phấn. Tôi có thể mô tả khác nhau giữa cây thụ phấn nhờ gió và nhờ côn trùng.	Tôi có thể giải thích sự thích nghi với chức năng của bộ phận hoa Tôi có thể giải thích vai trò của thụ phấn trong sinh sản thực vật Tôi có thể giải thích quá trình thụ phấn nhờ gió và côn trùng. So sánh sự giống và khác nhau giữa hai quá trình này.
B1 3.7 Thụ tinh và nảy mầm	Tôi có thể nêu ý nghĩa của việc bón phân ở thực vật. Tôi có thể nêu hạt và quả là gì.	Tôi có thể mô tả quá trình thụ tinh ở thực vật. Tôi có thể mô tả hạt và quả được hình thành như thế nào.	Tôi có thể giải thích quá trình thụ tinh ở thực vật, giải thích vai trò của từng bộ phận tham gia. Tôi có thể giải thích quá trình diễn ra sự nảy mầm của hạt
B1 3.8 Phát tán hạt	Tôi có thể nêu ý nghĩa của sự phát tán hạt giống. Tôi có thể kể tên cho các phương pháp phát tán hạt giống.	Tôi có thể nêu các cách mà hạt giống có thể được phát tán. Tôi có thể mô tả cách một hạt giống thích nghi với phương pháp phát tán của nó.	Tôi có thể giải thích tại sao hạt được phát tán Tôi có thể giải thích sự thích nghi của hạt giúp phát tán như thế nào

B1 3.6 Flowers and pollination	I can state what is meant by pollination.	<input type="checkbox"/> I can describe the process of pollination.	<input type="checkbox"/> I can explain the role of pollination in plant reproduction.
	I can name two methods of pollination.	<input type="checkbox"/> I can describe the differences between wind pollinated and insect pollinated plants.	<input type="checkbox"/> I can explain the processes of wind and insect pollination comparing the similarities and differences between the two.
B1 3.7 Fertilisation and germination	I can state what is meant by fertilisation in plants.	<input type="checkbox"/> I can describe the process of fertilisation in plants.	<input type="checkbox"/> I can explain the process of fertilisation in plants, explaining the role of each of the parts involved in the process.
	I can state what seeds and fruit are.	<input type="checkbox"/> I can describe how seeds and fruits are formed.	<input type="checkbox"/> I can explain how the germination of seeds occurs.
B1 3.8 Seed dispersal	I can state what is meant by seed dispersal.	<input type="checkbox"/> I can state the ways that seeds can be dispersed.	<input type="checkbox"/> I can explain why seeds are dispersed.
	I can name the methods of seed dispersal.	<input type="checkbox"/> I can describe how a seed is adapted to its method of dispersal.	<input type="checkbox"/> I can explain how the adaptations of seeds aid dispersal.

Year 7- Learning Outcomes

Lớp 7 – kiến thức tiếp thu



Bài học	Phát triển	Vững chắc	Mở rộng
B1 3.1 Tuổi vị thành niên	Tôi có thể nêu định nghĩa về tuổi vị thành niên và tuổi dậy thì. Tôi có thể nêu sự thay đổi của cơ thể bé trai và bé gái tuổi dậy thì	Tôi có thể nêu sự khác nhau giữa tuổi vị thành niên và tuổi dậy thì. Tôi có thể mô tả những thay đổi chính diễn ra trong tuổi dậy thì.	Tôi có thể giải thích khác nhau giữa tuổi thành niên và dậy thì. Tôi có thể giải thích những thay đổi chính diễn ra trong dậy thì.
B1 3.2 Hệ sinh sản	Tôi có thể kể tên bộ phận chính của cơ quan sinh dục nam và nữ. Tôi có thể nêu chức năng của bộ phận chính của cơ quan sinh dục nam và nữ.	Tôi có thể mô tả cấu trúc chính của cơ quan sinh dục nam và nữ. Tôi có thể mô tả chức năng của các bộ phận chính trong cơ quan sinh dục nam và nữ.	Tôi có thể giải thích khác nhau giữa chức năng của các bộ phận cơ quan sinh dục nam và nữ. Tôi có thể giải thích sự thích nghi của một số bộ phận chính.
B1 3.5 Chu kỳ kinh nguyệt	Tôi có thể nêu định nghĩa đơn giản về chu kỳ kinh nguyệt. Tôi có thể nêu các giai đoạn chính trong chu kỳ kinh nguyệt.	Tôi có thể nêu chu kỳ kinh nguyệt là gì. Tôi có thể mô tả các giai đoạn chính của chu kỳ kinh nguyệt.	Tôi có thể giải thích vai trò chu kỳ kinh nguyệt trong sinh sản. Tôi có thể mô tả giai đoạn chu kỳ kinh nguyệt như một chuỗi các sự kiện được tính thời gian.

Example Year 7 activities: Card sort

Hoạt động mẫu của Lớp 7: Phân loại



Ngực phát triển	Đi học trường cấp 2	Trở nên thu hút hơn với người khác (E)
Lông vùng kín bắt đầu mọc xung quanh bộ phận sinh dục nam	Lông vùng kín bắt đầu mọc xung quanh bộ phận sinh dục nữ	Vỡ giọng – trầm hơn
Thức khuya	Cơ thể trở nên cơ bắp hơn	Có thể trở nên hung hăng hơn
Hông rộng hơn	Lông mọc trên mặt, ngực, chân và vùng dưới cánh tay	Mua sắm một mình
Tâm lý có thể trở nên nhạy cảm (E)	Tinh hoàn và dương vật có kích thước lớn hơn	Vai rộng hơn
Kinh nguyệt bắt đầu	Tinh hoàn bắt đầu sản sinh tinh trùng	Đôi khi dễ khóc hơn
Buồng trứng bắt đầu giải phóng các tế bào trứng	Chơi thể thao trên sân cỏ lớn	Tinh hoàn bắt đầu sản xuất hormone sinh dục nam
Hình ảnh bản thân trở nên quan trọng hơn	Buồng trứng sản xuất hormone sinh dục nữ	Xem nhiều chương trình TV dành cho người lớn

Những thay đổi diễn ra trong cơ thể bé gái	Những thay đổi diễn ra trong cơ thể bé trai
<ul style="list-style-type: none"> • Ngực phát triển • Lông vùng kín bắt đầu mọc xung quanh bộ phận sinh dục nữ • Buồng trứng bắt đầu giải phóng các tế bào trứng • Kinh nguyệt bắt đầu • Hông rộng hơn • Buồng trứng sản xuất hormone sinh dục nữ 	<ul style="list-style-type: none"> • Lông vùng kín bắt đầu mọc xung quanh bộ phận sinh dục nam • Vỡ giọng – trầm hơn • Tinh hoàn và dương vật có kích thước lớn hơn • Tinh hoàn bắt đầu sản sinh tinh trùng • Vai rộng hơn • Lông mọc trên mặt, ngực, chân và vùng dưới cánh tay • Tinh hoàn bắt đầu sản xuất hormone sinh dục nam • Cơ thể trở nên cơ bắp hơn

Example Year 7 activities: Interactiv

Hoạt động mẫu của Lớp 7: Tương tác



B1 3.5 Interactive screen: Menstrual cycle facts

Select the correct words to fill each gap.

men testes 16-20 7-10
vagina
ovary lining twice vagina lin

Results
You scored 5 out of 5.
Close

Chu kỳ kinh nguyệt diễn ra ở **phụ nữ** sau khi dậy thì. Dấu hiệu đầu tiên của chu kỳ kinh nguyệt là khi giai đoạn hành kinh bắt đầu. Nó diễn ra một tháng **một lần**. Trong mỗi chu kỳ một quả trứng được giải phóng khỏi **buồng trứng**. Tử cung chuẩn bị cho quả trứng đó. Nếu trứng không được thụ tinh thì **niêm mạc tử cung** được bong ra khi hành kinh. Giai đoạn hành kinh kéo dài trong **3-7** ngày

Reset Acknowledgements © Oxford University Press 2016 Check answers

Example Year 7 activities: Online

Hoạt động mẫu của Lớp 7: Trực tuyến



BRITISH VIETNAMESE INTERNATIONAL SCHOOL
HO CHI MINH CITY
A NORD ANGLIA EDUCATION SCHOOL

The screenshot shows the SENECA online learning platform interface. On the left, there is a navigation menu with the following items: Science: KS3, Study, Exam Prep (marked as New), Assignments, and Ask Amelia. Below the menu, there are icons for a document, a close button, and a lightning bolt. The main content area displays a lesson on the menstrual cycle with a diagram showing the uterus lining breaking down (1) and ovulation occurring (3). Below the diagram, there is a quiz question in Vietnamese: "Kể tên 3 vùng trên cơ thể nam giới mọc lông sau tuổi dậy thì:" followed by three options: 1. Vùng dưới cánh tay, 2. Vùng kín (nơi lông vùng kín mọc), and 3. Mặt. A "Continue" button is visible at the bottom of the screen.

Science: KS3

Study

Exam Prep New

Assignments

Ask Amelia

1.2.5 Pregnancy

1.2.6 Puberty & the Menstrual Cycle

1.2.7 Reproduction in Plants

1.2.8 Pollination

1 The uterus lining breaks down, resulting in a period

3 Ovulation occurs

Kể tên 3 vùng trên cơ thể nam giới mọc lông sau tuổi dậy thì:

1. Vùng dưới cánh tay
2. Vùng kín (nơi lông vùng kín mọc)
3. Mặt

Feedback?

Continue

0/2

Example Activities/ Hoạt động mẫu



BRITISH VIETNAMESE INTERNATIONAL SCHOOL
HO CHI MINH CITY
A NORD ANGLIA EDUCATION SCHOOL

PSHE allows students to explore a range of topics surrounding puberty and relationships.

This work is not graded, and instead allows pupils to explore their ideas and opinions through tasks such as debate, discussion, scenario solving and self reflection.

As they navigate the challenges of their changing hormones, PSHE is designed to support both the physical and emotional challenges they will encounter along the journey.



Tiết GD&CD sẽ hỗ trợ học sinh tiếp cận thêm nhiều thông tin thông qua các chủ đề khác nhau liên quan đến tuổi dậy thì và các mối quan hệ.

Môn học này không tính điểm nhưng lại tạo cơ hội cho học sinh chia sẻ ý kiến và cảm nghĩ của mình thông qua các hoạt động tranh luận, giải quyết vấn đề cụ thể và tự đánh giá bản thân.

Vì các em sẽ đối mặt với nhiều vấn đề khó khăn khi hoóc-môn trong cơ thể thay đổi, tiết GD&CD được thiết kế nhằm hỗ trợ các khó khăn về cảm xúc lẫn yếu tố vật lý bên ngoài trong suốt quá trình trưởng thành.

PSHE



BRITISH VIETNAMESE INTERNATIONAL SCHOOL
HO CHI MINH CITY
A NORD ANGLIA EDUCATION SCHOOL

Year 7

Healthy relationships
Changing bodies and puberty
Positive self image
Changing emotions and moods

Year 8

Consent
Sex and the media
Privacy and personal space
Healthy relationships

Year 9

Power and relationships
Permission and consent
Sex and consent
Online relationships
Contraception and safe sex

Year 10

Romantic relationships
Ending relationships
Sexuality
Body health

Year 11

Love
Pornography
STI's and sexual health
Healthy attitudes to sexual
relationships
Communication in relationships

PSHE / GDCCD



BRITISH VIETNAMESE INTERNATIONAL SCHOOL
HO CHI MINH CITY
A NORD ANGLIA EDUCATION SCHOOL

Lớp 7

Mối quan hệ lành mạnh
Cơ thể thay đổi và dậy thì
Hình ảnh bản thân tích cực
Thay đổi cảm xúc và trạng thái

Lớp 8

Sự ưng thuận
Tình dục và truyền thông
Không gian cá nhân và riêng tư
Mối quan hệ lành mạnh

Lớp 9

Quyền lực và mối quan hệ
Cho phép và ưng thuận
Tình dục và ưng thuận
Mối quan hệ trực tuyến
Tránh thụ thai & tình dục an toàn

Lớp 10

Mối quan hệ lành mạnh
Kết thúc mối quan hệ
Bản năng sinh dục
Sức khỏe cơ thể

Lớp 11

Yêu đương
Khiêu dâm
Bệnh nhiễm trùng qua đường tình dục và
sức khỏe tình dục
Thái độ lành mạnh đối với quan hệ tình dục
Trò chuyện về mối quan hệ



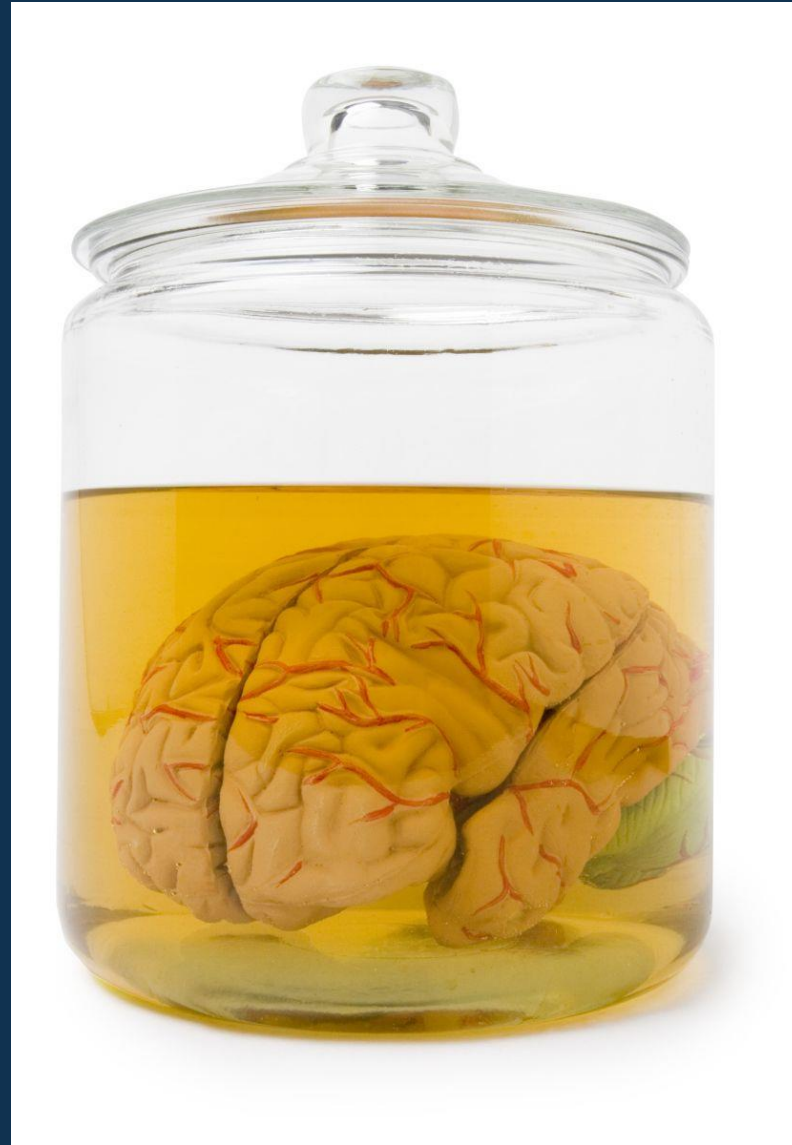
BRITISH VIETNAMESE INTERNATIONAL SCHOOL
HO CHI MINH CITY
A NORD ANGLIA EDUCATION SCHOOL

Puberty

The Developing Brain

Dậy thì

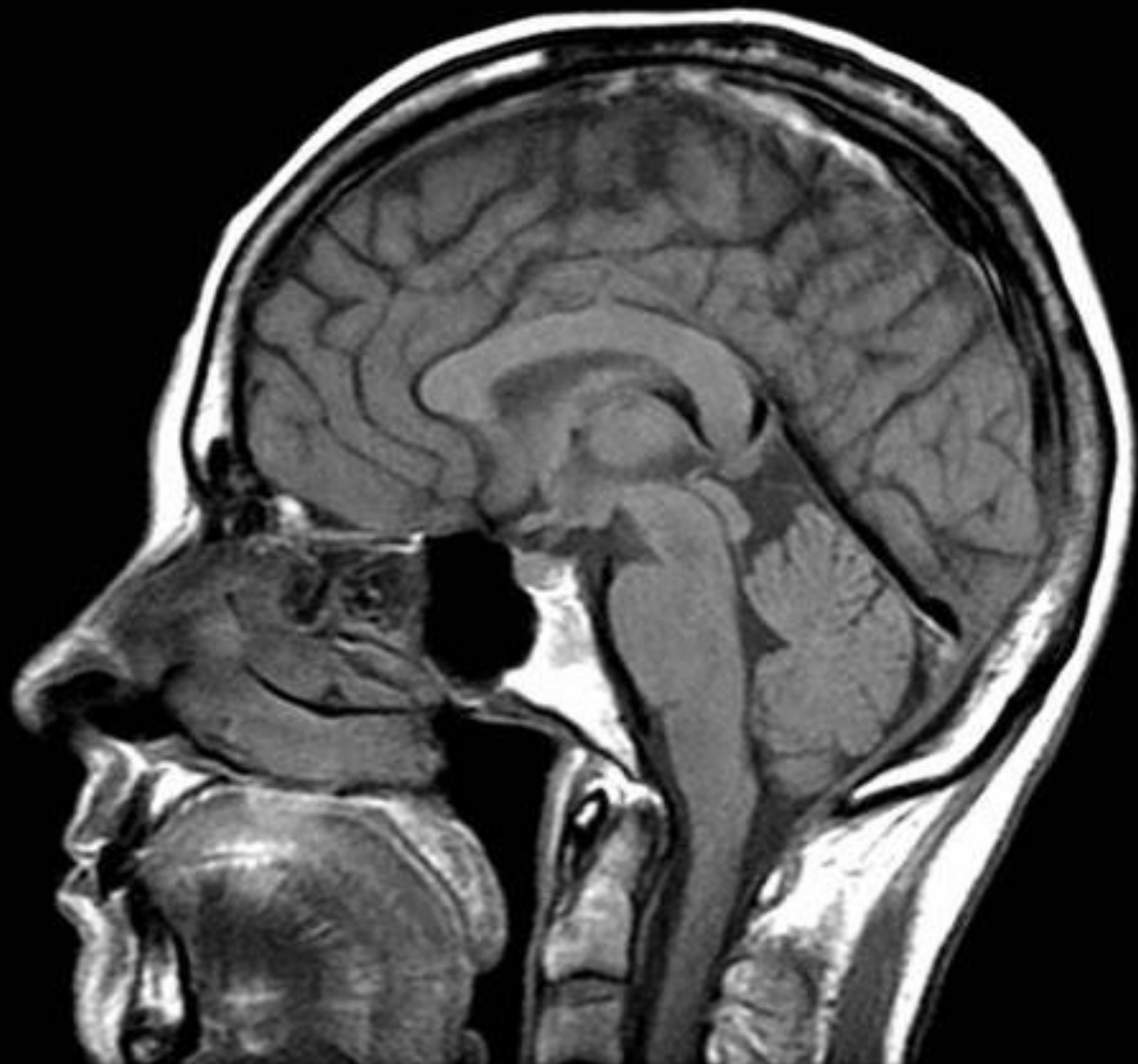
Não bộ đang phát triển

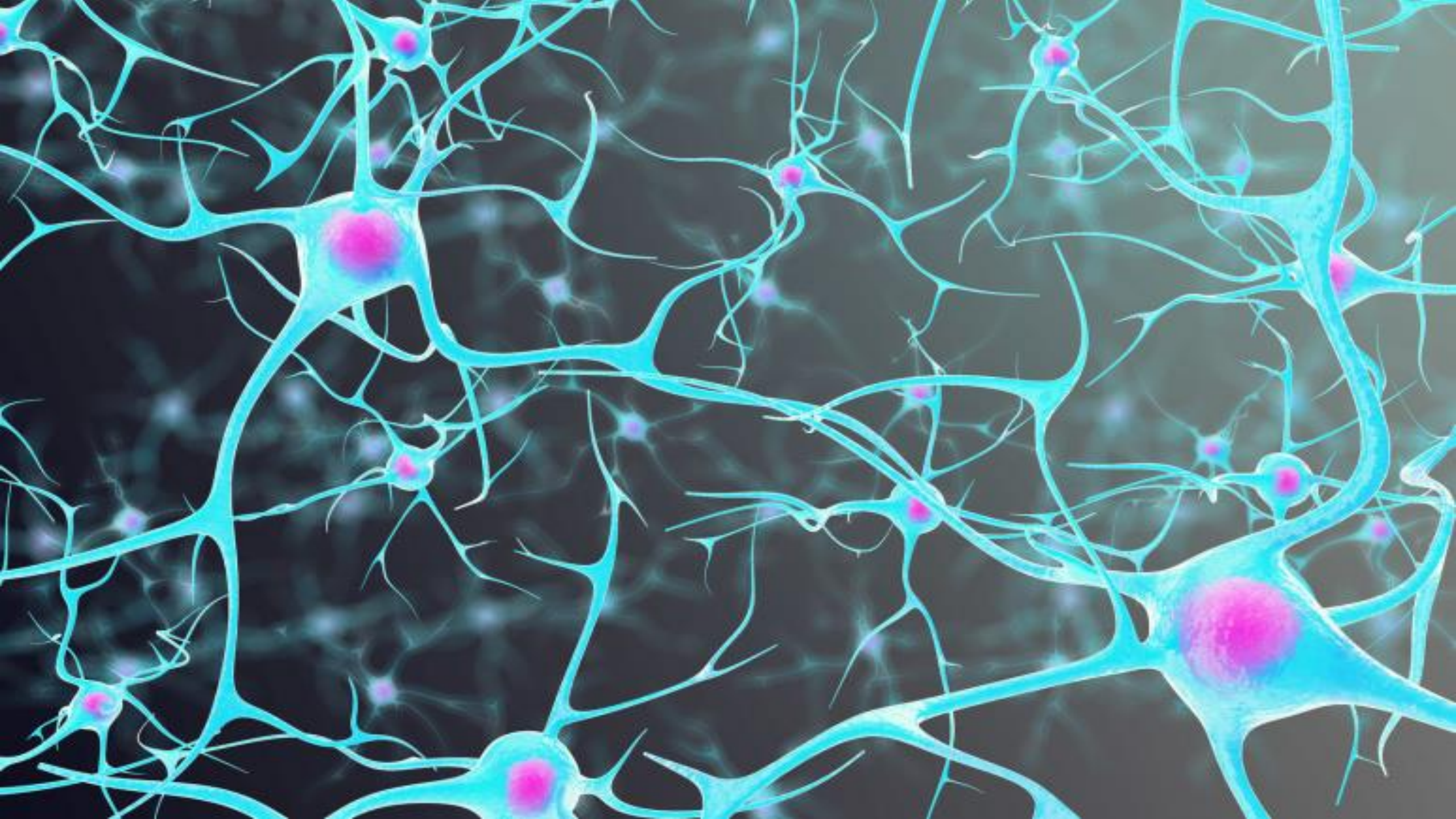


“Teenagers are wired for thrills, risk-taking and emotional outbursts”

Các em thiếu niên thích những gì kịch tính, mạo hiểm và bộc lộ cảm xúc.







Brain Development: Synaptic Formation & Pruning

Sự phát triển não bộ: Hình thành liên kết & loại bỏ các liên kết không cần thiết

Efficiency
Hiệu suất

36 weeks gestation

Newborn

3 months

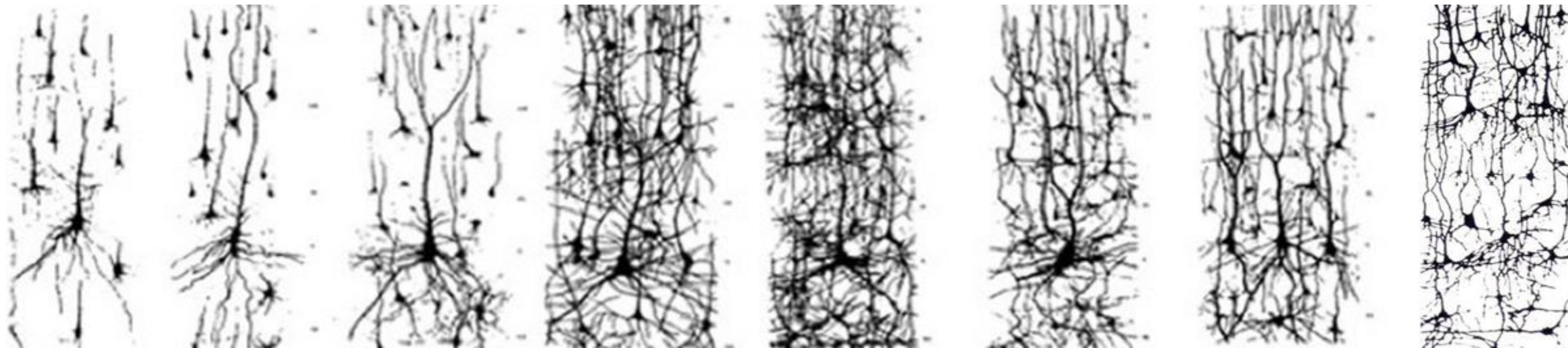
6 months

2 years

4 years

6 years

14 years



Synaptic formation

Hình thành liên kết



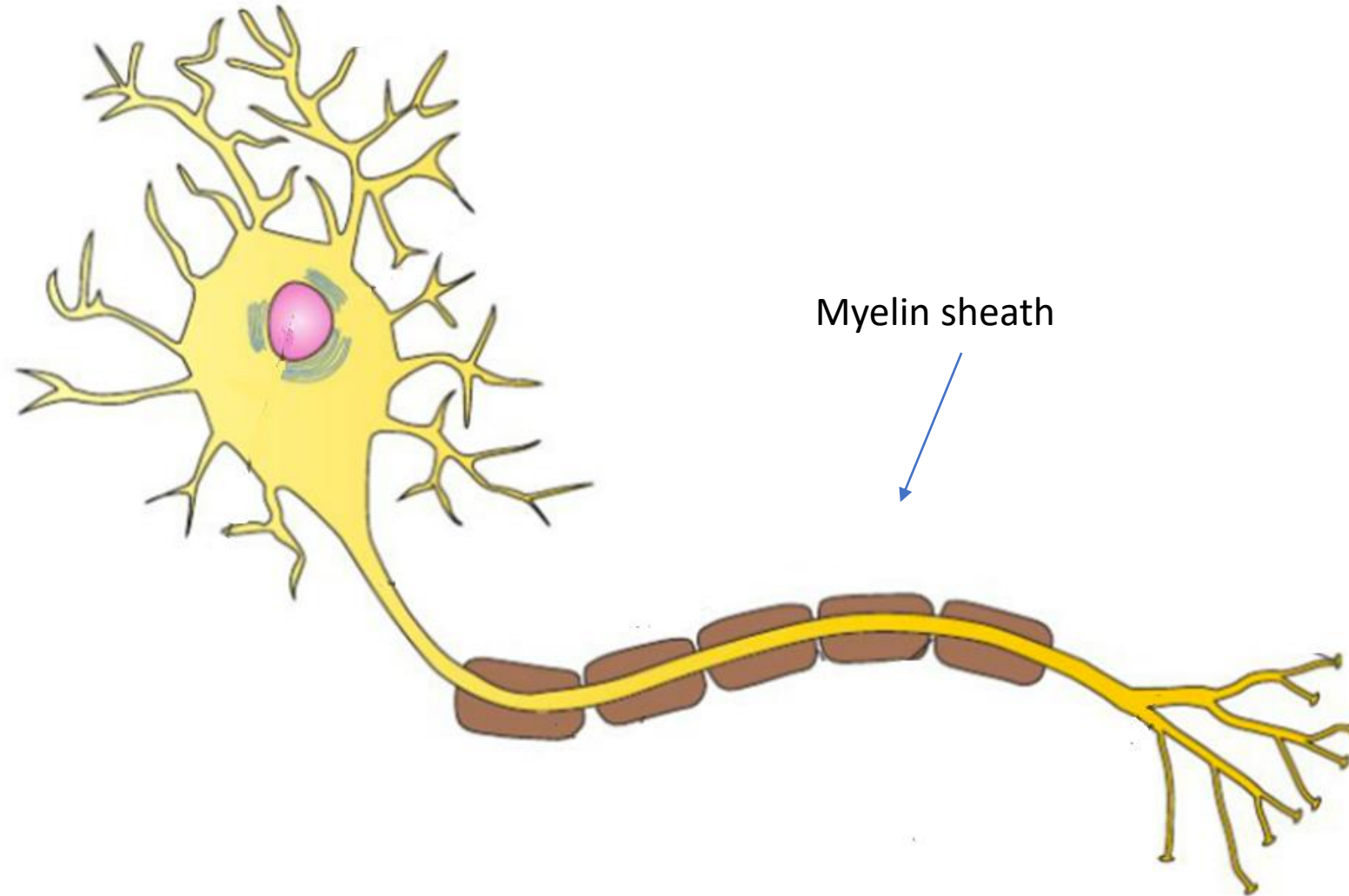
Synaptic pruning

Loại bỏ liên kết

Brain Development: Thickening of Myelin Sheath

Sự phát triển của não bộ: Làm dày vỏ Myelin

Speed
Tốc độ



Brain Development: Functions

Sự phát triển não bộ: Chức năng

Lobes Develop at different rates
Thùy phát triển theo các loại khác nhau





BRITISH VIETNAMESE INTERNATIONAL SCHOOL
HO CHI MINH CITY
A NORD ANGLIA EDUCATION SCHOOL

Cortex
Vỏ
não

Limbic system
Hệ viền

Frontal lobes
Thùy trán

Occipital lobes
Thùy chẩm

Brain stem
Hành não

Parietal lobes
Thùy đỉnh

Temporal lobes
Thùy thái dương

Spinal Cord
Tủy sống

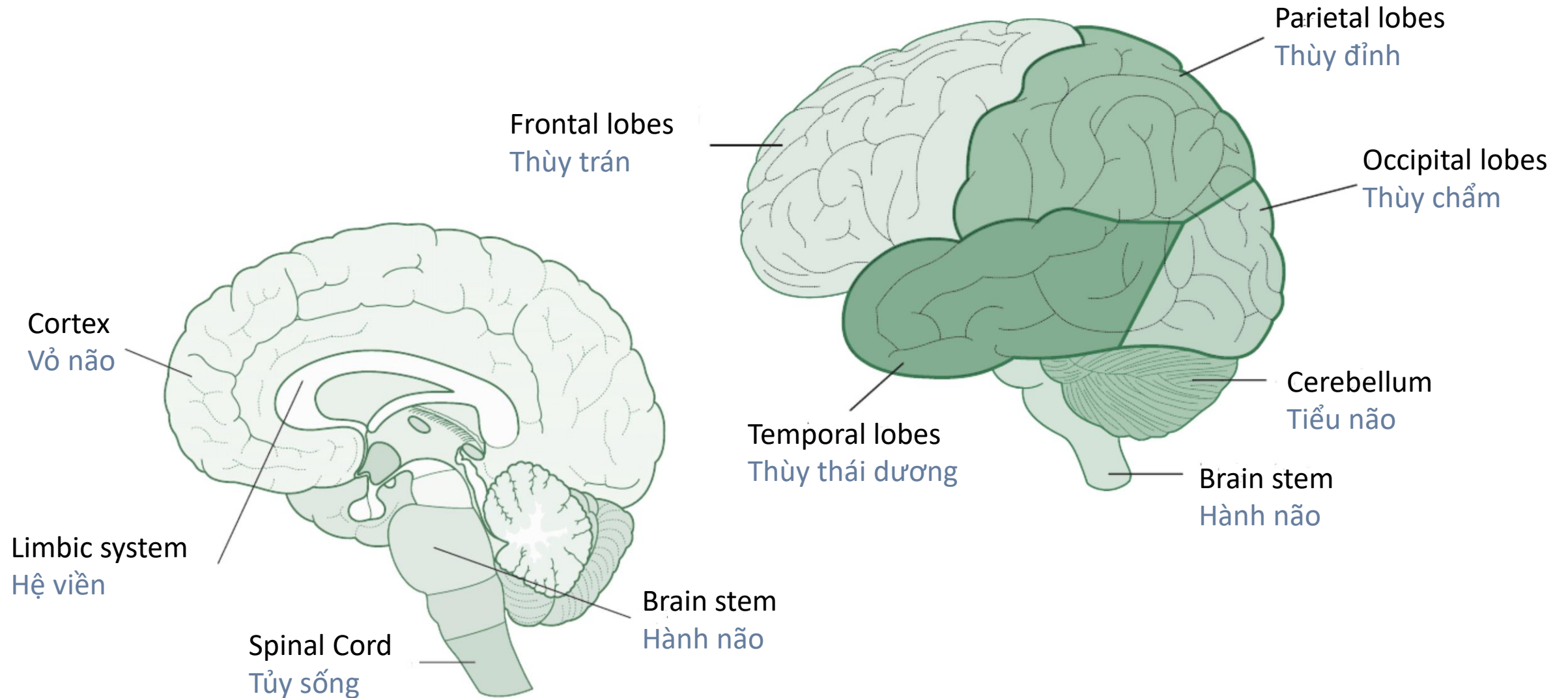
Brain stem
Hành não

Cerebellum
Tiểu não

Brain Development: Functions

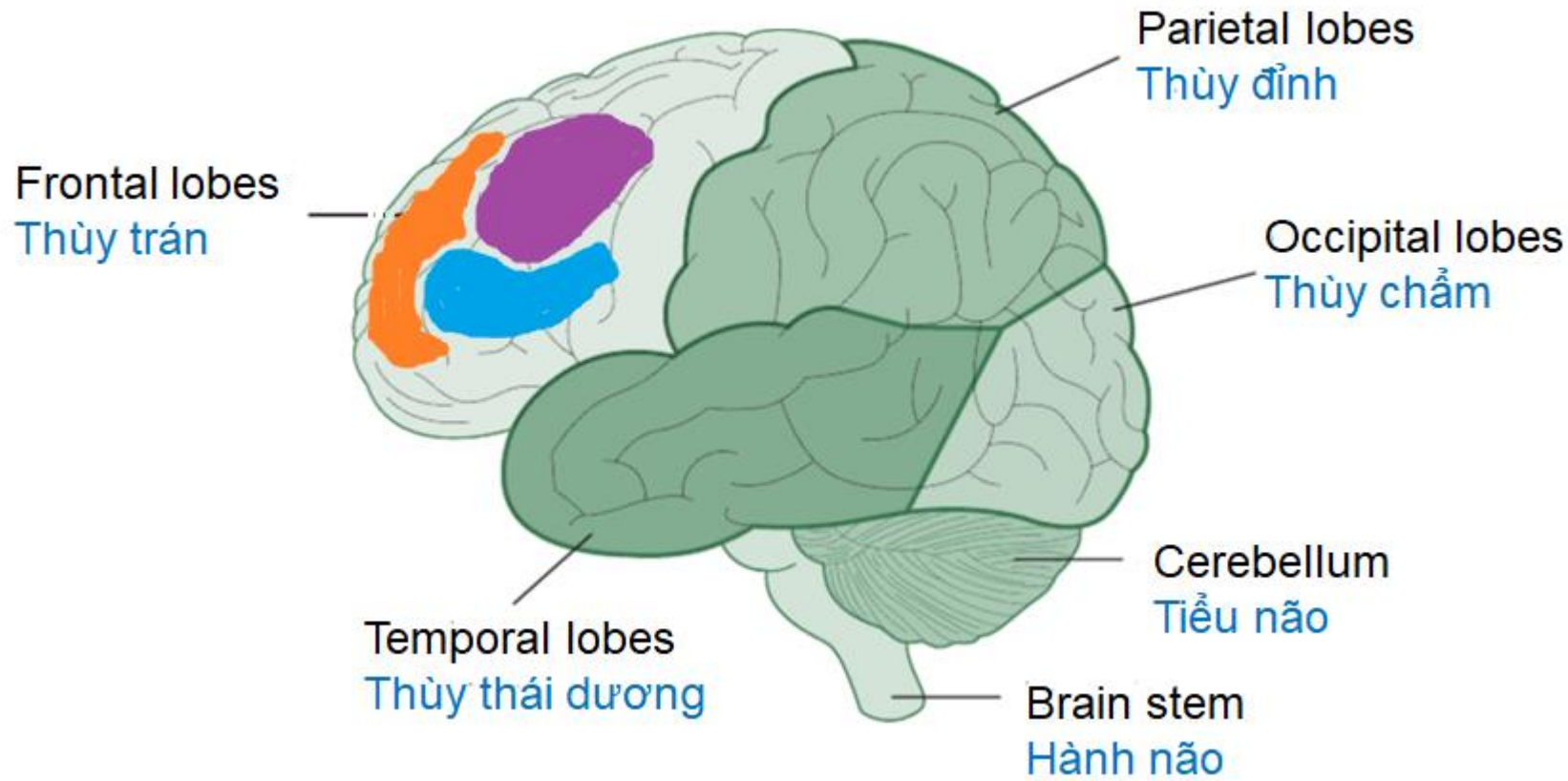
Sự phát triển não bộ: Chức năng

Lobes Develop at different rates
Thùy phát triển theo các loại khác nhau



Brain Development: Teenage Response to Stimuli

Sự phát triển não bộ: Phản ứng của tuổi thiếu niên đối với kích thích



Emotional Response	<i>Phản ứng về mặt cảm xúc</i>
Attention	<i>Sự chú ý</i>
Judgement & Behavior	<i>Đánh giá & lựa chọn hành vi</i>

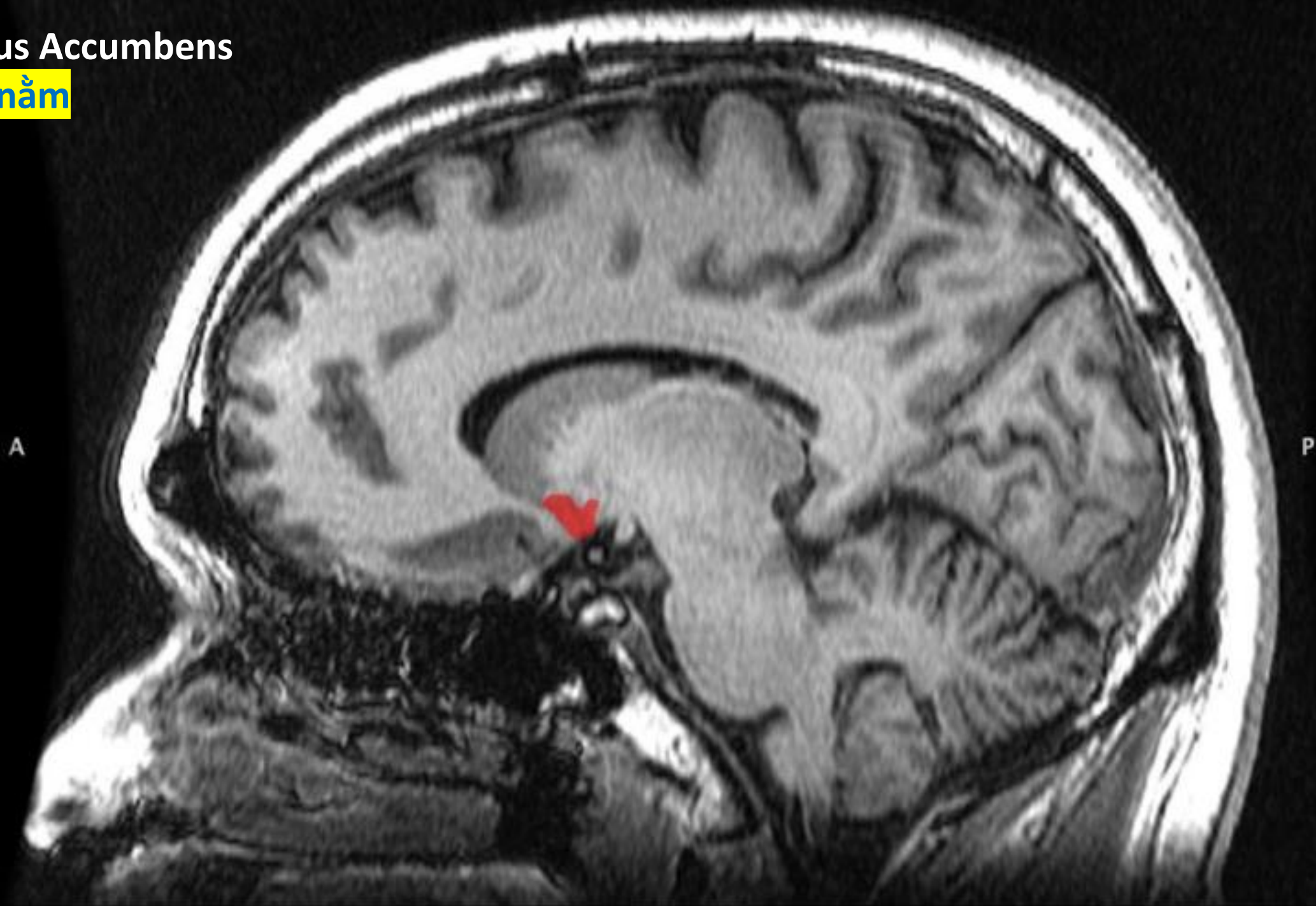
“This toast is burnt [pause] but that’s fine.”

“Miếng bánh mì nướng này bị cháy [suy ngẫm] nhưng không sao.”



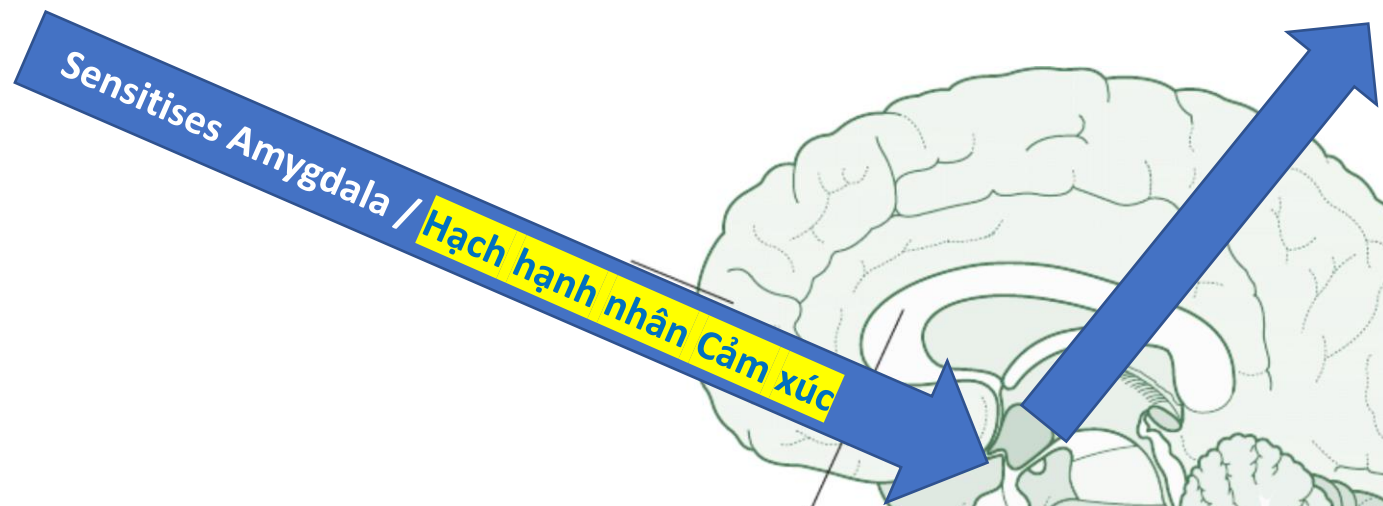
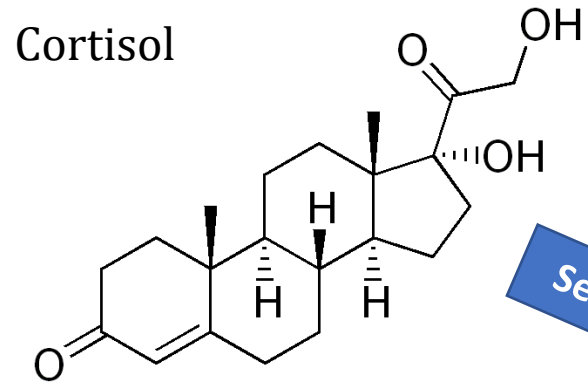
Nucleus Accumbens

Nhân nằm



Brain Development: Flight, Fight or Freeze in Adolescence

Sự phát triển não bộ: Bỏ chạy, chiến đấu hoặc bị đóng băng ở tuổi thành niên



Limbic system
Hệ viền

Spinal Cord
Tủy sống

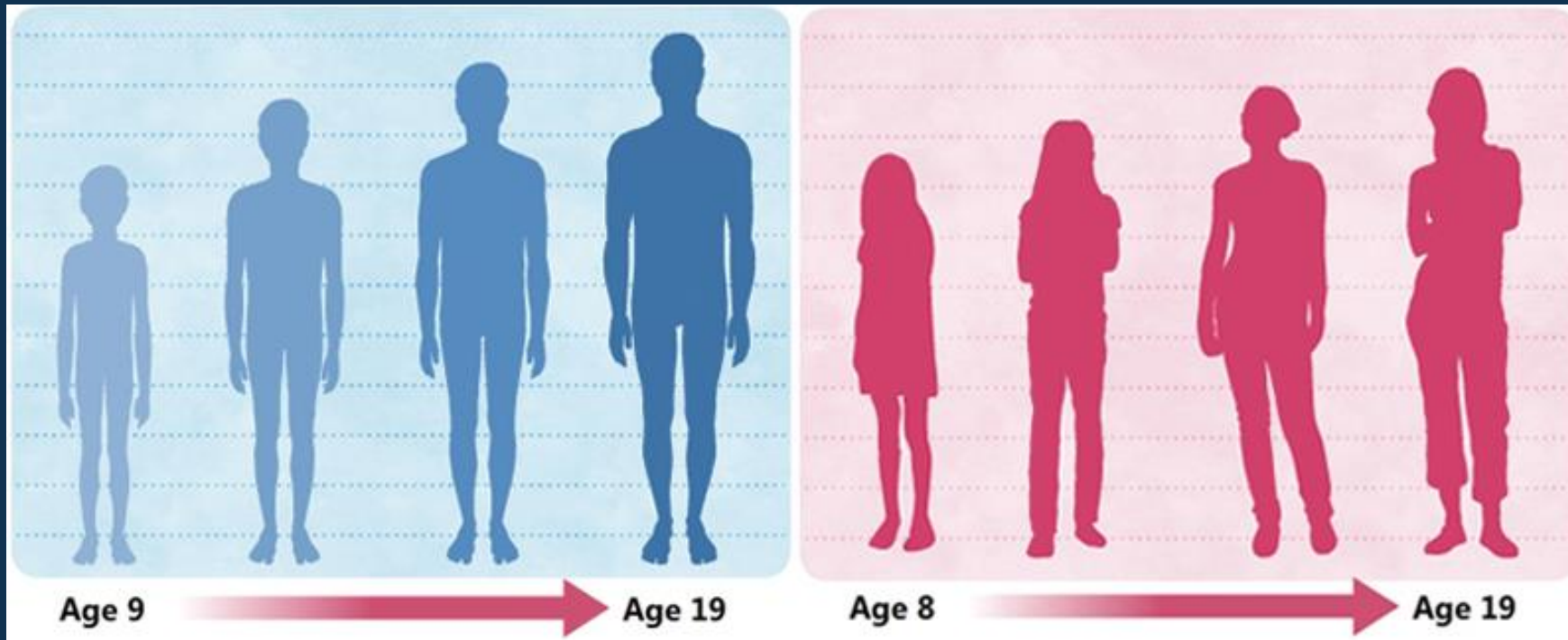
Brain stem
Hành não



BRITISH VIETNAMESE INTERNATIONAL SCHOOL
HO CHI MINH CITY
A NORD ANGLIA EDUCATION SCHOOL

Puberty – supporting your child

Dậy thì – hỗ trợ con



The times are changing... Thời gian đang thay đổi...



BRITISH VIETNAMESE INTERNATIONAL SCHOOL
HO CHI MINH CITY
A NORD ANGLIA EDUCATION SCHOOL



Understand that our children are growing up in a different world than us

Hiểu rằng các em đang lớn lên trong một thế giới khác biệt hơn chúng ta

External pressures and influences are very different

Áp lực và ảnh hưởng bên ngoài rất khác biệt

We cannot just say 'no' to these influences

Chúng ta không thể chỉ nói 'không' với những ảnh hưởng này



Think back to when you were 13

Hồi tưởng lại khi bạn ở tuổi 13



BRITISH VIETNAMESE INTERNATIONAL SCHOOL
HO CHI MINH CITY
A NORD ANGLIA EDUCATION SCHOOL

What did your parents not understand about you?

Ba mẹ không hiểu gì ở bạn?

What technology/fashions did they dislike?

Họ không thích công nghệ/thời trang nào?

How did their misunderstandings make you feel?

Sự hiểu lầm của họ khiến bạn cảm thấy thế nào?

How were you taught in school about puberty?

Thầy cô dạy bạn điều gì về dậy thì?

Did you feel supported by your parents and by school?

Bạn có cảm thấy mình được ba mẹ và nhà trường ủng hộ không?

Support not ignore

Hãy hỗ trợ, đừng làm ngơ

Your child is **changing**

Con bạn đang thay đổi

They need your **help not your judgement**

Các em cần sự trợ giúp chứ không cần sự phán xét

Think back to when we were teenagers and the struggles we had with our parents not **understanding** us

Hãy nhớ lại tuổi niên thiếu của mình và những khó khăn mình gặp khi ba mẹ không hiểu mình



BRITISH VIETNAMESE INTERNATIONAL SCHOOL
HO CHI MINH CITY
A NORD ANGLIA EDUCATION SCHOOL





Be an open book / Hãy cởi mở

Conversations about puberty can be awkward

Trao đổi liên quan vấn đề dậy thì có thể gây ngại ngùng

But you **MUST** be open and honest

Nhưng bạn PHẢI cởi mở và chân thành

The more we hide it the greater the dangers

Càng giấu giếm, nguy hiểm càng lớn

Don't be embarrassed or ashamed – that just enforces their embarrassment

Đừng cảm thấy lúng túng hoặc ngại ngùng – điều đó chỉ khiến các em cảm thấy lúng túng hơn

Talk positively about the changes they are going through and the desires they are developing

Trò chuyện tích cực về những thay đổi mà các em đang trải qua và những sự mong ước mà các em đang hướng đến





1. Role-model body acceptance / **Làm mẫu về việc chấp nhận cơ thể**
2. Acknowledge the changes / **Thừa nhận sự thay đổi**
3. Give outlets for emotions – listen to them! / **Cho các em bộc lộ cảm xúc – lắng nghe các em!**
4. Provide knowledge without judgement / **Cung cấp kiến thức nhưng không phán xét**
5. Reassure your child that puberty is an important and exciting life stage / **Trấn an các em rằng dậy thì là một giai đoạn quan trọng và thú vị trong đời**
6. Avoid words like ‘right’ or ‘wrong’ when it comes to development / **Tránh sử dụng từ ngữ như ‘đúng’ hoặc ‘sai’ khi các em đến tuổi phát triển**
7. Do not compare your child with others – remember different children develop at different ages and in different ways! / **Không so sánh con với người khác – nhớ rằng các em có những giai đoạn phát triển khác nhau theo cách khác nhau!**

Any questions?



BRITISH VIETNAMESE INTERNATIONAL SCHOOL
HO CHI MINH CITY
A NORD ANGLIA EDUCATION SCHOOL

