

TRƯỜNG QUỐC TẾ SINGAPORE

@ GAMUDA GARDENS

BẢN TIN

THÁNG CHÍN NĂM 2025

SỐ 2/ NĂM HỌC 2025 - 2026



ĐIỂM NHẤN NỔI BẬT

**THÔNG DIỆP
TỪ BAN GIÁM HIỆU**

**THẦY MEMO MATA
PHÓ HIỆU TRƯỞNG**

**SỨC KHỎE
TINH THẦN**

**E - ENGAGEMENT
BÍ QUYẾT CHO CHA MẸ**

**CLB, HOẠT ĐỘNG
NGOẠI KHÓA**

**NGÀY HỘI THỂ THAO
GALA BƠI LỘI**

THÔNGIỆP TỪ BAN GIÁM HIỆU

Kính gửi Quý Phụ huynh và Học sinh Trường Quốc tế Singapore tại Gamuda Gardens,
Tôi rất vinh dự và vui mừng khi được viết bức thư này gửi đến toàn thể cộng đồng SIS hôm nay. Tôi tên là Memo Mata, Phó Hiệu trưởng mới của SIS Gamuda Gardens. Tôi sinh ra tại Mỹ và lớn lên ở một trang trại nhỏ tại miền Nam Texas, nơi tôi sớm hiểu được giá trị của giáo dục như một cánh cửa mở ra cuộc sống rộng lớn và tốt đẹp hơn.

Niềm đam mê học tập và giáo dục đã đưa tôi đến Trung Quốc, và trong suốt hơn 20 năm qua, tôi đã sống và làm việc tại nhiều trường song ngữ và quốc tế hàng đầu. “Tôi có thể giao tiếp bằng tiếng Trung”. Với hơn 20 năm kinh nghiệm trong ngành giáo dục, trong đó có 15 năm gắn bó với chương trình Tú tài Quốc tế (IB) với vai trò giáo viên, Phó Hiệu trưởng, Hiệu trưởng và Trưởng ban hội thảo, tôi mong muốn mang những kinh nghiệm giáo dục này đến SIS để phát triển hơn nữa phương pháp học tập dựa trên tìm tòi, xây dựng khung chương trình cho các trải nghiệm học tập, mở rộng cơ hội đạt được các giải thưởng quốc tế uy tín cho học sinh, đồng thời thúc đẩy các chương trình học theo dự án (PBL) và triển lãm học thuật xuyên suốt bậc Tiểu học, Trung học Cơ sở và Trung học Phổ thông.

Với sự hỗ trợ của Hiệu trưởng Rutherford, tôi cũng sẽ phụ trách triển khai Phòng Tư vấn Hướng nghiệp và Đại học (UGC) tại SIS. Phòng tư vấn sẽ trực tiếp hỗ trợ việc ứng tuyển vào các trường cao đẳng, đại học cho học sinh thông qua việc tư vấn chọn trường, hướng dẫn hồ sơ qua hệ thống UCAS và Common App, cung cấp bảng điểm chính thức, và xây dựng kế hoạch học tập cá nhân dựa trên các chuyên ngành và trường đại học mà học sinh mong muốn theo đuổi sau khi tốt nghiệp. Ngay trong tuần đầu tiên làm việc tại SIS, một trong những ấn tượng sâu sắc nhất với tôi chính là “bức tường cam kết Nhân ái”. Hoạt động ý nghĩa này đã tạo ra một hiệu ứng “gợn sóng” lan tỏa lòng nhân ái tới tất cả mọi người. Một ý tưởng giản dị, khi những tấm bảng trắng được đặt quanh trường để học sinh ghi lại và chia sẻ những hành động tử tế. Tôi đã vô cùng xúc động khi nhìn thấy các anh chị lớn giúp đỡ các em nhỏ xuống xe buýt và mang cặp sách hộ các em. Nụ cười rạng rỡ của học sinh mỗi ngày đã chào đón tôi đến với cộng đồng tuyệt vời này. Đội ngũ giáo viên và nhân viên nhà trường cũng đã chào đón tôi bằng sự tận tâm và hỗ trợ, giúp tôi nhanh chóng làm quen với hệ thống giáo dục cũng như văn hóa Việt Nam.



Thầy Memo Mata



Những cảm xúc tích cực từ cộng đồng qua nụ cười và sự tử tế, sự gắn kết từ “bức tường cam kết Nhân ái với hiệu ứng gợn sóng” và các chủ đề sinh hoạt, mối quan hệ quan tâm giữa thầy trò, cùng những thành tích trưng bày tại sảnh lớn của trường đã cho tôi thấy rằng SIS luôn nỗ lực để lan tỏa tinh thần PERMA trong văn hóa học đường. Tôi thực sự cảm thấy may mắn khi được là một phần của cộng đồng SIS.

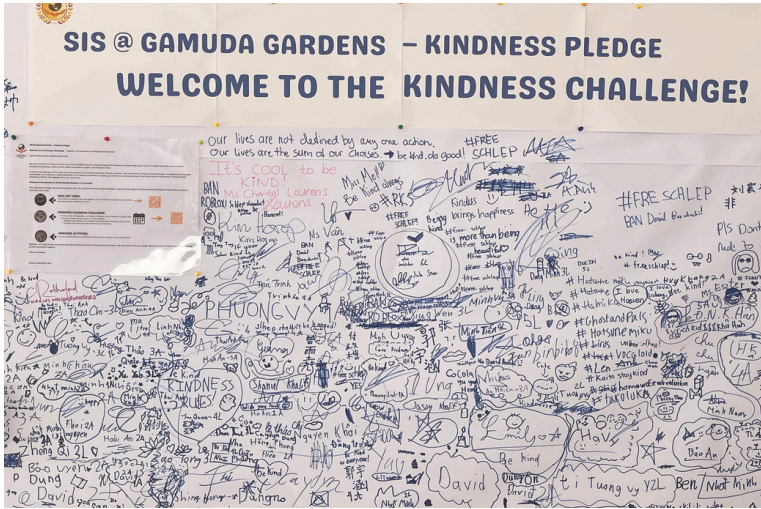
Một lần nữa, xin chân thành cảm ơn sự chào đón nồng nhiệt của Quý Phụ huynh, các em học sinh và thầy cô. Tôi rất trân trọng điều đó và mong được gặp gỡ, đồng hành cùng nhiều học sinh, giáo viên và phụ huynh trong thời gian tới.

Trân trọng,

Memo Mata

Phó Hiệu trưởng Trường Quốc tế Singapore tại Gamuda Gardens

ĐIỂM NHẤN NỔI BẬT THÁNG CHÍN



CHƯƠNG TRÌNH MẦM NON KIK



Tháng 10 cũng sẽ chào đón Ngày hội Thể thao KIK, một sự kiện luôn được các em học sinh háo hức mong chờ.

Xin chân thành cảm ơn Quý Phụ huynh đã luôn đồng hành và ủng hộ. Sự đồng hành của Quý vị đã thực sự tạo nên sự khác biệt trong hành trình học tập và trưởng thành của các con.

KIK Tháng 9 – Lan tỏa lòng tốt

Kính gửi Quý Phụ huynh,

Tháng 9 vừa qua là khoảng thời gian ngập tràn tiếng cười và nhiều niềm hứng khởi đối với các em học sinh Mầm non. Đây cũng là thời điểm mà các nề nếp sinh hoạt dần đi vào ổn định, và chúng tôi có thể thấy rõ sự thay đổi tích cực mà điều này mang lại.

Các em học sinh nhỏ tuổi nhất cũng đã thiết hơn với các thầy cô và các nhân viên hỗ trợ của nhà trường. Các em cảm thấy thoải mái trong nhịp sinh hoạt hằng ngày và bắt đầu tham gia vào các hoạt động với sự tự tin hơn. Ở các em học sinh lớp lớn, nhà trường chứng kiến các em tập trung hơn trong giờ học và các em có tinh thần sẵn sàng đón nhận thử thách trong quá trình học tập. Thật tuyệt vời khi được nhìn thấy sự trưởng thành đó từng ngày!

Một điểm nhấn đáng nhớ trong tháng chính là hoạt động kỷ niệm 80 năm Ngày Quốc khánh Việt Nam. Thật xúc động khi được chứng kiến niềm tự hào và sự sáng tạo tỏa sáng qua những sản phẩm nghệ thuật và thủ công đầy ấn tượng của học sinh từ Mầm non đến Trung học.

Bước sang tháng 10, nhà trường đang chuẩn bị cho Lễ hội Trung Thu – sự kiện luôn mang đến cho các em nhiều niềm vui, những trải nghiệm văn hóa truyền thống và bầu không khí lễ hội rộn ràng. Nhà trường tin rằng các con sẽ rất thích thú với hoạt động này, và chúng tôi cũng mong chờ được chia sẻ niềm vui ấy cùng cả cộng đồng nhà trường.

Khởi Mầm non - Thầy Kim, Cô Thủy



CHƯƠNG TRÌNH MẦM NON KIK



Tiểu học

Tháng 9 – Học tập hứng khởi, gắn kết yêu thương



Khối Tiểu học - Cô Chantel, Thầy Vincent, Cô Vân

Trong tháng này, Khối Tiểu học đã triển khai lịch hoạt động “Những hành động tử tế”. Lịch hoạt động gợi ý cho học sinh những hành động nhỏ đầy ý nghĩa mà các em có thể thực hiện để giúp đỡ người khác, chẳng hạn như hỗ trợ một em học sinh nhỏ tuổi hơn hoặc rủ thêm một bạn đang chưa tham gia vào cùng hoạt động với mình. Chính những hành động giản dị ấy đã góp phần lan tỏa niềm vui và sự gắn kết trong cộng đồng. Thật ấm áp khi thấy các em học sinh hào hứng tham gia, góp phần xây dựng một môi trường học tập hạnh phúc và thân thiện tại Khối Tiểu học.

Khi bước vào giai đoạn cuối của Học phần 1, thầy trò Khối Tiểu học đang nỗ lực hoàn thành nhiều bài đánh giá tại lớp. Chúng tôi xin gửi lời cảm ơn đến toàn thể học sinh và giáo viên với những đóng góp để tạo nên một học phần thành công. Đồng thời, xin trân trọng cảm ơn Quý Phụ huynh vì sự đồng hành và hỗ trợ của Quý vị.

Sự kiện sắp diễn ra:

- Lễ hội Trung thu 2025
 - Thời gian/Địa điểm: Thứ Hai, 6/10/2025, tại sân trường.
 - Thành phần tham dự: Học sinh toàn trường.
 - Yêu cầu: Học sinh mặc áo dài hoặc trang phục truyền thống; chuẩn bị tham gia trò chơi dân gian và cuộc thi “Áo dài đẹp nhất”.
- Ngày hội Thể thao 2025 & Swimming Gala
 - Thời gian/Địa điểm: Thứ Năm, 9/10/2025, tại sân bóng và bể bơi của trường.
 - Thành phần tham dự: Học sinh khối Tiểu học.
 - Yêu cầu: Học sinh tham gia thi đấu các môn thể thao phối hợp và hoạt động bơi lội.

Tiểu học

Tiêu điểm từ Học sinh/ Cán bộ nhà trường:

Không khí học tập trong tháng 9 ở các lớp học thật sự sôi nổi và đầy cảm hứng.

Ở lớp 2A, tiết Tiếng Việt bắt đầu thật gần gũi khi học sinh lần lượt giới thiệu góc học tập và những đồ dùng quen thuộc của mình. Từ những chiếc bút chì, cuốn vở, hay hộp màu,... các em học cách mở rộng vốn từ và vận dụng vào viết câu văn gần với đời sống. Điểm nhấn đặc biệt là việc kết hợp kĩ thuật Lầu băng chuyện với ứng dụng công nghệ thông tin: học sinh di chuyển qua các lượt để làm việc nhóm với nhiều bạn khác nhau, tự tay thực hành kiến thức trên iPad, rồi tham gia trò chơi tổng kết đầy hứng khởi. Mỗi em đều có cơ hội tham gia phát biểu, thể hiện suy nghĩ và được bạn bè khen ngợi, cổ vũ.



Ở lớp 1A, tiết Toán cũng mang đến nhiều bất ngờ. Giáo viên khéo léo đưa ra tình huống cộng trong đời sống thực tế, khiến kiến thức trở nên gần gũi và dễ tiếp nhận. Việc thiết kế các nhiệm vụ học tập thành từng trạm kiến thức đã giúp các em học sinh được luân chuyển qua nhiều thử thách học tập khác nhau. Không khí học tập rộn ràng, ai cũng hào hứng tham gia.

Những tiết học thú vị trên là minh chứng sống động cho một môi trường giáo dục năng động, sáng tạo và đầy nhân văn, nơi mọi học sinh đều được quan tâm, khích lệ và tỏa sáng theo cách riêng của mình.

Quý Phụ huynh vui lòng lưu ý:

Phụ huynh khuyến khích học sinh duy trì thói quen đọc sách 15 phút tại nhà để hình thành văn hóa đọc.



Tiểu học



TRUNG HỌC CƠ SỞ

Tự tin vượt kì thi Rộn ràng đón Lễ hội

Những ngày đầu năm học đã qua đi với rất nhiều sự nỗ lực của toàn thể độ ngũ cán bộ, giáo viên, nhân viên và học sinh của trường quốc tế Singapore. Trong thời gian các bạn học sinh đã trải qua một số sự kiện quan trọng như:

Tiêu điểm:

-Lễ Khai giảng: Hoà chung không khí chào mừng lễ kỷ niệm 80 năm ngày thành lập Bộ Quốc gia Giáo dục (Nay là bộ GD&ĐT) và chào đón năm học mới. Lễ Khai giảng được tổ chức vào ngày 5/9 đã mang đến cho thầy trò nhà trường một tâm thế hào hứng, vui tươi sẵn sàng cho các thử thách và mục tiêu mới.

-Kỳ kiểm tra giữa học kỳ 1 dành cho các lớp Song ngữ diễn ra vào tuần cuối của tháng 9. Trong thời gian ôn tập chuẩn bị cho kỳ thi chúng tôi đã nhìn thấy rất nhiều sự chăm chỉ, cố gắng của từng học sinh qua việc hoàn thành đề cương, cùng nhau ôn tập, tranh thủ các giờ nghỉ giải lao để học hỏi thêm từ giáo viên và bạn bè. Tôi tin sự tích cực, chủ động ấy sẽ mang lại kết quả học tập tốt nhất cho các con.

-Tiết học khai mạc Kì hội giảng thường niên – Lớp 6A, môn Toán: Tiết học đã diễn ra trong bầu không khí hứng khởi, tích cực và sáng tạo. Sau tiết học các em đã thực hành thành thạo các bước phân tích một số ra thừa số nguyên tố - tiền đề cốt lõi giải quyết nhiều bài toán trong số học, mật mã, và các thuật toán máy tính. Nhà trường xin khen ngợi tập thể lớp 6A và cô giáo đã mang đến tiết học sôi nổi, thể hiện tinh thần học tập nghiêm túc và sự chuẩn bị chu đáo, mở đầu đầy ấn tượng cho kỳ hội giảng năm nay.

Cô Nguyễn Thị Huyền Anh



TRUNG HỌC CƠ SỞ

Lễ hội Trung Thu

 Thời gian: 8:45am – 11:15am - Ngày 6/10.

 Địa điểm: Hội trường đa năng (MPH), tầng 4 tòa B và sân chơi.

 Thành phần tham dự: Học sinh toàn trường.

 Yêu cầu: Học sinh mặc trang phục truyền thống các dân tộc hoặc đồng phục.

Phần 1: Biểu diễn văn nghệ, lễ rước đèn và màn trình diễn múa lân đặc sắc.

Phần 2: Các trò chơi dân gian vui nhộn, được tổ chức tại sân trường nhằm mang đến cho học sinh không khí ấm áp, gắn kết và đầy kỷ niệm.

Quý Phụ huynh vui lòng lưu ý:

Giáo viên chủ nhiệm sẽ tiếp tục cập nhật kế hoạch học tập và hoạt động lớp/trường 2 tuần/lần để Quý Phụ huynh thuận tiện theo dõi.

Liên hệ:

Nếu cần được hỗ trợ, Quý Phụ huynh vui lòng liên hệ trực tiếp giáo viên chủ nhiệm hoặc văn phòng nhà trường.

Văn phòng Trường

 office@gamudagardens.sis.edu.vn

Sự kiện sắp diễn ra:

Dành cho học sinh khối 9: Khóa học kỹ năng sống OBV

Nhà trường đã gửi thông tin đến Quý Phụ huynh.

 Thời gian: Từ 20-24/10/2025

 Địa điểm: Bình Định.

Họp phụ huynh đầu năm:

Nhà trường và giáo viên chủ nhiệm sẽ gửi thông tin chi tiết đến Quý Phụ huynh.

 Thời gian: 29-30/10/2025

 Địa điểm: Khuôn viên trường.



TRUNG HỌC PHỔ THÔNG

Các cột mốc học thuật:

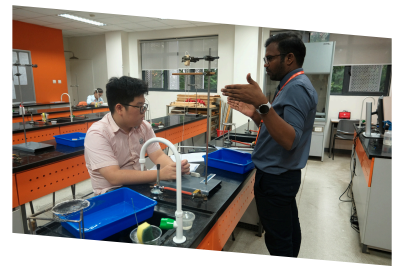
Trong tháng 9, học sinh Khối Trung học đã hoàn thành kỳ kiểm tra tổng kết lớn đầu tiên của năm học – bài thi **Checkpoint 1**. Đây là sự kiện đánh giá tổng kết quan trọng, cung cấp những thông tin giá trị về mức độ hiểu biết và kỹ năng hiện tại của từng học sinh. Giáo viên sẽ sử dụng dữ liệu chẩn đoán này để xác định những mảng kiến thức học sinh đã nắm vững, đồng thời đưa ra mục tiêu ôn tập phù hợp.

Học sinh cũng được khuyến khích chủ động tham gia vào quá trình tự đánh giá năng lực của bản thân. Bằng cách phân tích kết quả Checkpoint 1, các em có thể xây dựng kế hoạch ôn tập hiệu quả hơn: tập trung vào những chủ đề còn hạn chế, chủ động xin ý kiến phản hồi từ giáo viên để làm rõ những nội dung chưa hiểu, và xây dựng kế hoạch học tập có hệ thống. Cách tiếp cận chủ động này sẽ giúp học sinh chuẩn bị kỹ lưỡng cho các kỳ kiểm tra tiếp theo cũng như các kỳ thi chính thức của Cambridge (CIE).

Kỳ thi Cambridge Tháng 10 – 11 năm 2025

Kỳ thi Cambridge mùa Thu năm 2025 sẽ diễn ra từ **ngày 30/9 đến 13/11/2025**. Đây là giai đoạn quan trọng đối với học sinh, đặc biệt là những em tham gia thi lại để cải thiện kết quả. Hiện tại, học sinh đang được hỗ trợ thông qua các buổi ôn tập bổ sung, sự hướng dẫn sát sao của giáo viên và các kỳ thi thử. Nhà trường ghi nhận tinh thần nỗ lực, kiên trì và quyết tâm của tất cả các thí sinh trong quá trình chuẩn bị cho kỳ thi quan trọng này.

Nhà trường gửi lời chúc tốt đẹp nhất đến toàn thể học sinh khi các em bước vào cột mốc quan trọng này. Thành công đến từ sự rèn luyện. Chúng tôi tin tưởng rằng các em sẽ nắm bắt cơ hội này để thể hiện thành quả học tập, sự tiến bộ và nỗ lực bền bỉ của mình.



Thông tin quan trọng về kỳ thi

- **Đi học trong kỳ nghỉ Term 1 (13-17/10):** Học sinh có lịch thi trong giai đoạn này chỉ cần tham dự các buổi thi đã được sắp xếp.
- **Thời gian đến trường:** Học sinh phải có mặt **ít nhất 30 phút trước giờ thi** được quy định.
- **Trang phục & Quy định:** Tất cả thí sinh bắt buộc mặc **đồng phục đầy đủ** của nhà trường và tuân thủ nghiêm ngặt các quy định của trường cũng như hướng dẫn của Cambridge International, bao gồm các quy định về các vật dụng được phép và không được phép mang vào phòng thi.



Kính gửi Quý Phụ huynh,
Chúng con vui mừng thông báo đến Quý Phụ huynh về vô số hoạt động thú vị của trường đã được giới thiệu và sẽ tiếp tục trong suốt năm học. Hội Học sinh (SSC) và Ban Tổ chức Dạ hội (Prom Committee) đã và đang tích cực tổ chức nhiều chương trình bán hàng, gồm chương trình bán bánh macaron của Ban Tổ chức Dạ hội vào ngày 18 tháng 9 và chương trình bán đồ uống trong các Ngày Hội Thể thao. Bước sang tháng 10, Hội Học sinh đang tích cực chuẩn bị các hoạt động theo chủ đề Halloween.



Nguyễn Phúc Linh

Với tháng 9 chuẩn bị kết thúc, Hội Học sinh khuyến khích thầy cô và bạn bè cùng nhìn lại lịch trình "Mỗi ngày một việc tốt". Các hành động tử tế đã lan tỏa mạnh mẽ trong cộng đồng nhà trường. Thông qua các hoạt động này, chúng con cam kết trở thành những tấm gương tích cực cho các bạn để thúc đẩy sự phát triển bản thân, xây dựng mối quan hệ tích cực giữa học sinh và giáo viên.

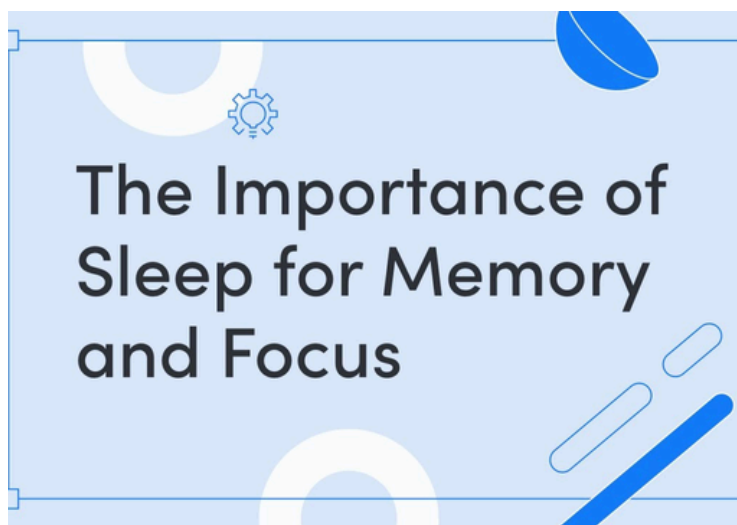
Xin chân thành cảm ơn sự ủng hộ của Quý Phụ huynh. Chúng con rất mong Quý Phụ huynh nhắc nhở các bạn học sinh cập nhật thông tin về các thông báo và sự kiện sắp tới.

Trân trọng,
Nguyễn Phúc Linh



HỘI HỌC SINH NHÀ TRƯỞNG

Sức Mạnh Của Một Lịch Trình Ngủ Hợp Lý



Giấc ngủ là một trong những yếu tố quan trọng nhất của lối sống lành mạnh, tuy nhiên thường bị xem nhẹ – đặc biệt là đối với trẻ em và thanh thiếu niên có lịch học bận rộn. Một thói quen ngủ đều đặn không chỉ giúp học sinh cảm thấy được nghỉ ngơi đầy đủ mà còn đóng vai trò then chốt trong việc học tập, hành vi và sức khỏe toàn diện.

Khi trẻ có đủ giấc ngủ chất lượng, các em sẽ tập trung hơn trong lớp, ghi nhớ kiến thức tốt hơn và kiểm soát cảm xúc hiệu quả hơn. Ngược lại, thiếu ngủ có thể dẫn đến dễ cáu gắt, khó tập trung và kết quả học tập giảm sút.

Dưới đây là một số gợi ý giúp xây dựng lịch trình ngủ lành mạnh:

- **Duy trì giờ đi ngủ và thức dậy nhất quán**, kể cả vào cuối tuần.
- **Xây dựng thói quen thư giãn trước khi ngủ**, như đọc sách hoặc tập các bài thở nhẹ nhàng.
- **Hạn chế sử dụng thiết bị điện tử ít nhất 30 phút trước khi đi ngủ**, vì ánh sáng xanh có thể ảnh hưởng đến chu kỳ giấc ngủ tự nhiên.
- **Đảm bảo môi trường ngủ thoải mái** — yên tĩnh, tối và thoáng mát.

Bằng cách ưu tiên giấc ngủ, gia đình có thể giúp trẻ cảm thấy tràn đầy năng lượng, sẵn sàng cho một ngày học tập với tinh thần tích cực và sự tập trung. Một giấc ngủ ngon chính là nền tảng cho thành công học tập và khả năng vững vàng về cảm xúc.

Hãy cùng nhau xây dựng thói quen ngủ lành mạnh trở thành ưu tiên của cộng đồng học đường!

Bí quyết cho cha mẹ

Câu Lạc Bộ & Hoạt Động Ngoại khóa

Một học phần sôi động với Thể thao, Lòng nhân ái và Sức khỏe



Thầy Hendrik Prinsloo

Học phần 1 đã mang đến cho học sinh nhiều cơ hội thú vị để tỏa sáng không chỉ trong thể thao mà còn trong phẩm chất nhân cách. Nhà trường háo hức chờ đón các sự kiện như Gala Bơi lội khối Trung học cơ sở, Ngày hội Thể thao khối Tiểu học, cùng Ngày hội Thể thao khối Trung học và Phổ thông trung học, nơi học sinh sẽ thể hiện kỹ năng thi đấu dưới nước và trên sân cỏ. Song song với Kindness Campaign (Những hành động tử tế), nhà trường đã chứng kiến nhiều hành động tử tế ở các lớp 6LA, 7A, 8B và 8LA – thể hiện rõ cảm xúc tích cực và mối quan hệ gắn kết.

Những nghĩa cử nhỏ này nhấn mạnh cách thể thao và tinh thần đồng đội kết nối tất cả chúng ta. Nhà trường sẽ chuẩn bị khởi động Giải Cầu lông, đồng thời các đội bóng đá của trường cũng háo hức bước vào mùa giải thi đấu mới.

Sự kiện sắp diễn ra:

- Giải đấu bóng đá – Thời gian sẽ được thông báo; đội tuyển bóng đá nhà trường sẽ tự hào đại diện SIS tham gia giải đấu.
- Giải Cầu lông (Học phần 2) – Đội đương kim vô địch trở lại!
- Giải Bóng đá Gaelic (Học phần 2) – Giải đấu chính thức đầu tiên của đội tuyển nhà trường.
- Giải đấu SIS Gamuda Gardens – Kế hoạch tổ chức các giải đấu tại trường đang được triển khai.

Chi tiết sự kiện :

- Gala Bơi lội Trung học cơ sở – dành cho học sinh khối lớp 6–8
- Ngày hội Thể thao Tiểu học – Tháng 10
- Ngày hội Thể thao Trung học & Phổ thông trung học – Tháng 10

Quý Phụ huynh vui lòng lưu ý:

- Học sinh cần mang giày thể thao phù hợp trong các tiết Giáo dục thể chất để đảm bảo an toàn và đúng kỹ thuật.
 - Luôn mang theo mũ, khăn nhỏ và chai nước trong các buổi học ngoài trời.
 - Đối với Câu lạc bộ Học phần 2, nhà trường khuyến khích tất cả học sinh tích cực tham gia bởi câu lạc bộ là nơi các em có thể xây dựng tình bạn, kỹ năng và sự tự tin ngoài lớp học.
-

ĐIỂM NHẤN NỔI BẬT





Cô Trinh Lê Thủy Trúc

Trong Tháng 9 vừa qua, cộng đồng nhà trường chúng ta đã cùng nhau khởi động sáng kiến đầu tiên thuộc Khung Phát triển Hạnh phúc PERMA, với trọng tâm là chữ P – Positive Emotion (Cảm xúc tích cực). Thông qua Chiến dịch Random Acts of Kindness (Những hành động tử tế), học sinh, giáo viên và nhân viên đã tích cực tham gia xây dựng một môi trường tràn đầy sự quan tâm và lòng trắc ẩn.

Những điểm nhấn đáng chú ý trong tháng gồm có:

- Bức tường cam kết lòng nhân ái (Kindness Pledge Walls) với những chữ ký và thông điệp truyền cảm hứng.
- Thử thách Mỗi ngày một việc tốt (Kindness Calendar Challenge), nơi các lớp cùng nhau thực hiện những hành động tử tế mỗi ngày.
- Các hoạt động trong lớp và trong giờ sinh hoạt chung khuyến khích học sinh suy ngẫm và gắn kết.
- Những lời tuyên dương hàng tuần tôn vinh những khoảnh khắc tử tế tiêu biểu.

SỨC KHỎE TINH THẦN

Lan tỏa lòng nhân ái tại SIS @ Gamuda Gardens

Xin gửi lời cảm ơn đến toàn bộ thầy và trò Nhà trường đã cùng chung tay làm cho trường học của chúng ta trở thành một nơi vui tươi và đầy sự hỗ trợ. Xin chúc mừng các lớp đã hoàn thành Thử thách Mỗi ngày một việc tốt – các em sẽ sớm nhận được Chứng nhận Nhà vô địch Lòng nhân ái như một sự ghi nhận cho nỗ lực và sự tận tâm của mình!

Hoạt động Tháng 10 Bén rễ trong thiên nhiên, trưởng thành qua sự gắn kết

Bước sang Tháng 10, chúng ta sẽ chuyển trọng tâm sang chữ E – Engagement (Sự gắn kết) trong khung PERMA với chuỗi hoạt động mới mẻ, giàu tính trải nghiệm và lấy cảm hứng từ thiên nhiên. Chủ đề tháng này là “Bén rễ trong thiên nhiên, trưởng thành qua sự gắn kết”, nhằm giúp cộng đồng nhà trường khám phá niềm vui trong trạng thái “dòng chảy” (flow), sự sáng tạo và kết nối sâu sắc thông qua các hoạt động ý nghĩa.

Sau đây là một số hoạt động sắp diễn ra:

- Mầm non: Tiệc vẽ tranh cùng thiên nhiên – trải nghiệm cảm giác qua nghệ thuật ngoài trời với lá và hoa.
- Tiểu học: Xây dựng Khách sạn cho côn trùng và Nghệ thuật Mandala Flow nhằm khuyến khích tinh thần đồng đội, sáng tạo và ý thức sinh thái.
- Trung học cơ sở: Thử thách Kỹ thuật sinh thái – thiết kế bộ lọc nước hoặc tua-bin gió từ vật liệu tự nhiên và tái chế.
- Trung học phổ thông: Xưởng sáng tạo Passion-to-Zine – thể hiện đam mê thông qua các ấn phẩm sáng tạo.
- Giáo viên & Nhân viên: Chương trình Recharge Retreat – các buổi yoga thư giãn và vẽ tranh cùng thiên nhiên nhằm nuôi dưỡng sự gắn kết và tinh thần đồng đội.

Các hoạt động sẽ được tổ chức hàng tuần, với thời gian riêng biệt cho từng nhóm để khám phá và kết nối.

Chúng ta hãy cùng tiếp tục nuôi dưỡng hành trình hạnh phúc của mình – từ những hành động tử tế đến những trải nghiệm gắn kết, kết nối chúng ta với thiên nhiên và với nhau.

Đồng hành & BỨT PHÁ



CHIẾN DỊCH SỨC KHỎE TINH THẦN
THÁNG MƯỜI & THÁNG MƯỜI MỘT

KIK
Tiệc vẽ tranh cùng
thiên nhiên

Tiểu học
Xây dựng Khách sạn cho
côn trùng -
Nghệ thuật Mandala Flow

THCS
Thử thách Kỹ thuật sinh thái
- thiết kế bộ lọc nước hoặc
tua-bin gió

THPT
Xưởng sáng tạo
Passion-to-Zine

Giáo viên & Nhân viên
Chương trình
Recharge Retreat