



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

KEY STAGE 3 & YEAR 6 PARENT SEMINAR

PUBERTY

 8:15 am | Wednesday 14th May 2025

 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

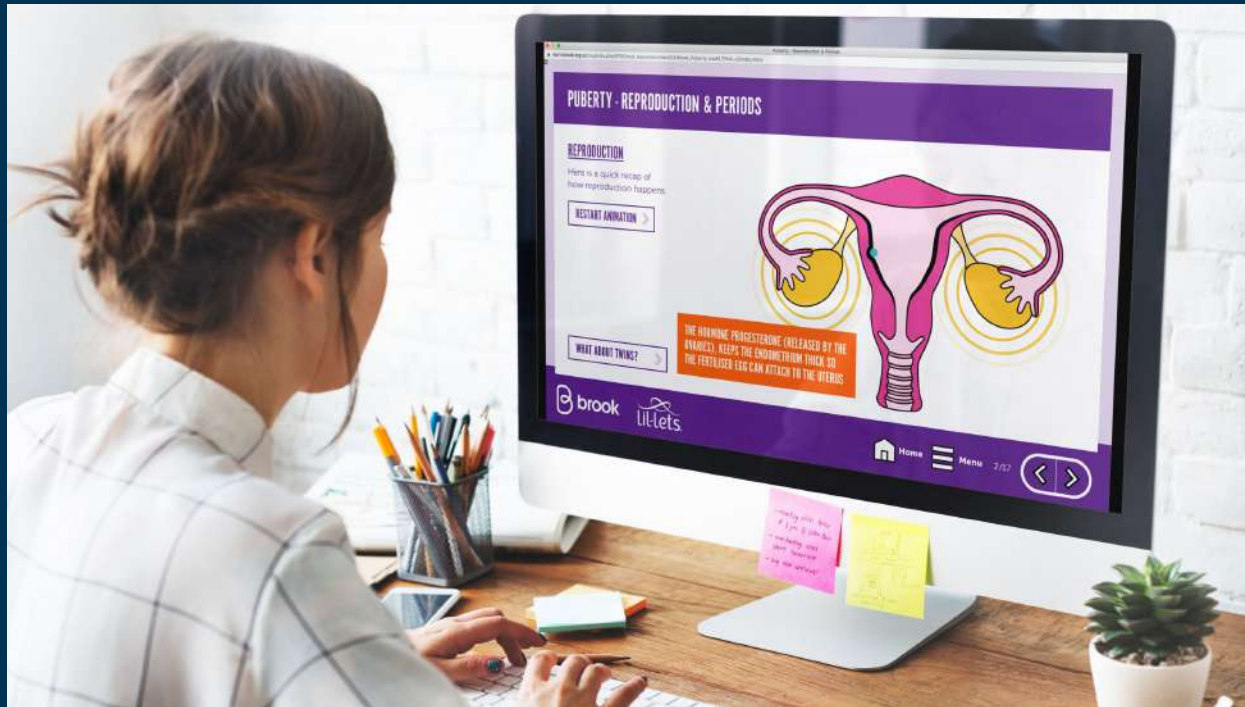




BRITISH VIETNAMESE INTERNATIONAL SCHOOL
HO CHI MINH CITY
A NORD ANGLIA EDUCATION SCHOOL

Puberty – how do we teach it at BVIS?

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



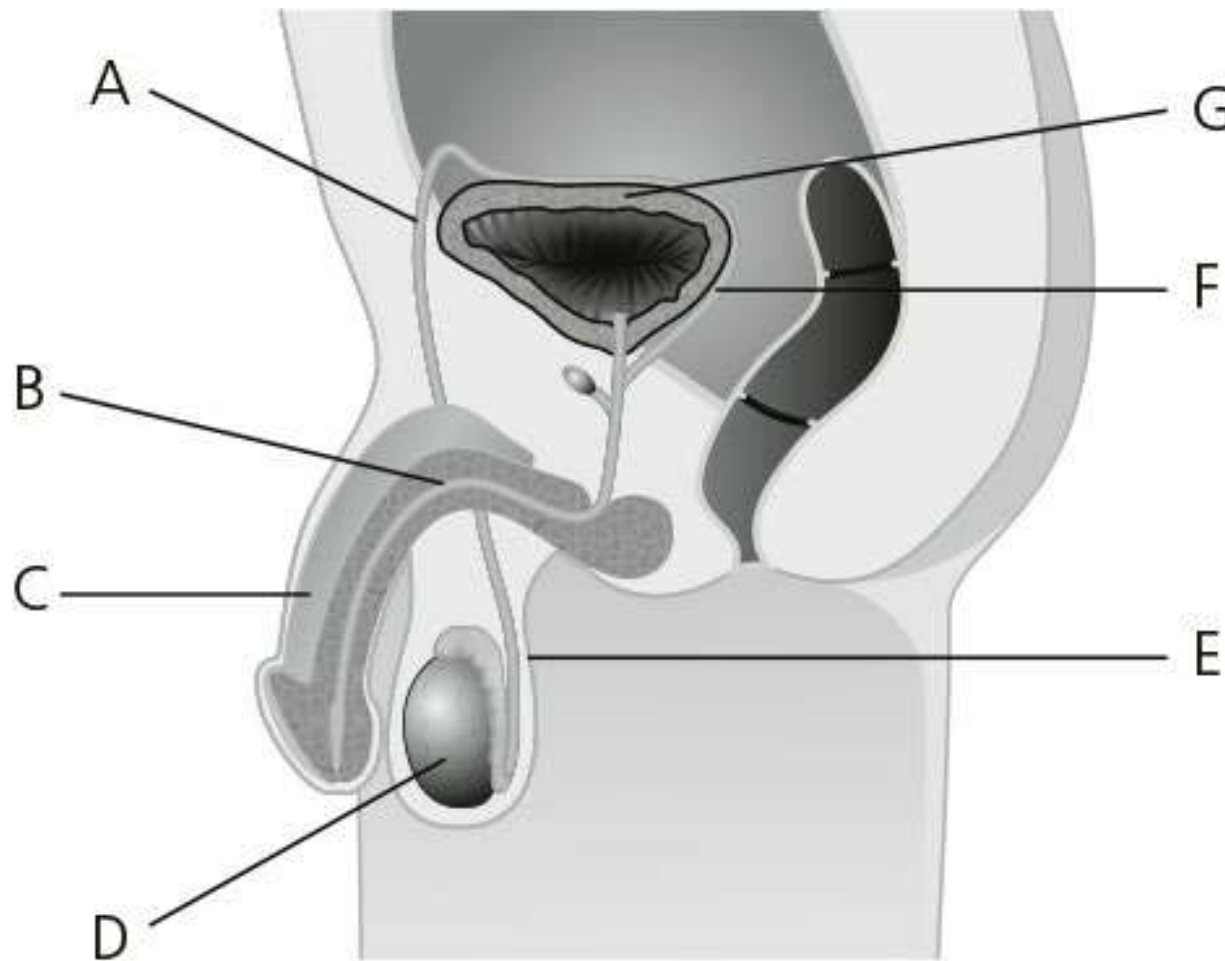
Learning objectives/ Mục tiêu

- I am learning about the sexual reproductive organs so I can explain how humans reproduce.
Học sinh tìm hiểu về các cơ quan sinh sản để có thể giải thích quá trình sinh sản ở cơ thể người
- I am learning about fertilisation so I can explain how humans reproduce.
Học sinh tìm hiểu về sự thụ tinh để có thể giải thích về chức năng sinh sản ở cơ thể người
- I am learning about fetal development so I can describe how the placenta supports the fetus to grow.
Học sinh tìm hiểu về sự phát triển của thai nhi để có thể có thể giải thích cách nhau thai hỗ trợ thai nhi phát triển
- I am learning about the menstrual cycle so I can explain how the female body prepares for an embryo.
Học sinh tìm hiểu về chu kỳ kinh nguyệt để có thể giải thích cách cơ thể nữ chuẩn bị cho quá trình hình thành phôi
- I am learning about plant reproduction so I can explain how crops and other plants can be grown.
Học sinh tìm hiểu về chức năng sinh sản ở thực vật để có thể giải thích cách trồng trọt và cách thực vật phát triển

B5.1 Sexual reproduction and the reproductive organs/ Sinh sản hữu tính và cơ quan sinh sản

B5

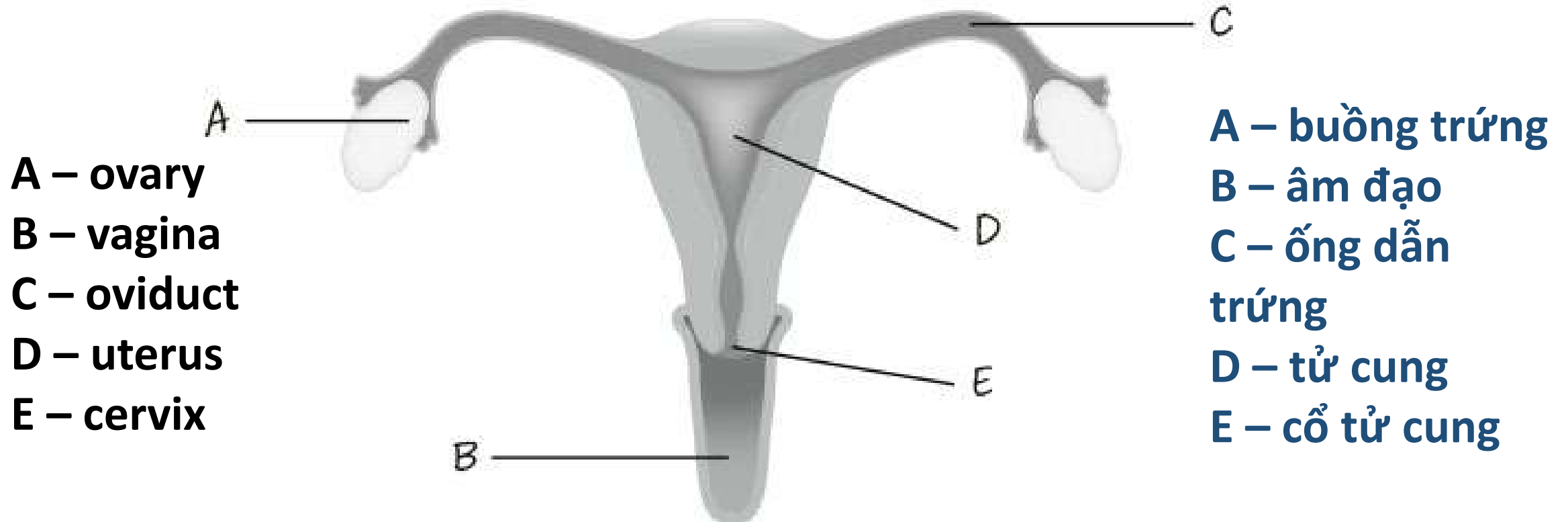
A – sperm duct
B – urethra
C – penis
D – testicle
E – scrotum
F – gland
G – bladder



A – ống dẫn tinh trùng
B – niệu đạo
C – dương vật
D – tinh hoàn
E – bìu
F – tuyến tiền liệt
G – bàng quang

B5.1 Sexual reproduction and the reproductive organs/ Sinh sản hữu tính và cơ quan sinh sản

B5



Example activities: Card sort

Hoạt động mẫu của: Phân loại



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

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
• 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	• 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



Whiteboard Quiz – Mon 5 May 2025

Show multiple choice answers

CHANGE SETTINGS

SHOW ALL ANSWERS

1 In humans, what is the male gamete? Trong cơ thể con người, tế bào sinh dục nam là gì?

ANSWER

A Sperm Tinh trùng

B Ovum Trứng

C Embryo Phôi

D Zygote Hợp tử

2 In humans, what is the female gamete? Trong cơ thể con người, tế bào sinh dục nữ là gì?

ANSWER

A Zygote Hợp tử

B Ovum Trứng

C Sperm Tinh trùng

D Embryo Phôi

3 What is the name of the fertilised egg cell? Tên của tế bào trứng đã thụ tinh là gì?

ANSWER

A Embryo Phôi

B Zygote Hợp tử

C Fetus Bào thai

D Blastocyst Phôi nang

4 What happens at the start of the menstrual cycle? Điều gì xảy ra khi bắt đầu chu kỳ kinh nguyệt?

ANSWER

A Ovulation (release of an ovum) Sự rụng trứng

B The uterus lining starts to break down Niêm mạc tử cung bắt đầu bị phá vỡ

C The uterus lining starts to grow and thicken Niêm mạc tử cung bắt đầu phát triển và dày lên

D Menstruation (loss of blood through the vagina) Kinh nguyệt (mất máu qua âm đạo)

5 What is pollination? Thụ phấn là gì?

ANSWER

A When pollen is produced Khi phấn hoa được tạo ra.

B When pollen lands on a stigma Khi phấn hoa rơi vào đầu nhụy.

C When a flower blooms Khi một bông hoa nở ra.

D When a seed is produced Khi hạt giống được tạo ra



Whiteboard Quiz - Mon 5 May 2025

Show multiple choice answers

CHANGE SETTINGS

HIDE ALL ANSWERS

1 In humans, what is the male gamete?

A Sperm Tinh trùng

B Ovum

C Embryo

D Zygote

ANSWER

2 In humans, what is the female gamete?

A Zygote

B Ovum Trứng

C Sperm

D Embryo

ANSWER

3 What is the name of the fertilised egg cell?

A Embryo

B Zygote Hợp tử

C Fetus

D Blastocyst

ANSWER

4 What happens at the start of the menstrual cycle?

A Ovulation (release of an ovum)

B The uterus lining starts to break down

C The uterus lining starts to grow and thicken

D Menstruation (loss of blood through the vagina) Kinh nguyệt (mất máu qua âm đạo)

ANSWER

5 What is pollination?

A When pollen is produced

B When pollen lands on a stigma Khi phấn hoa rơi vào đầu nhụy.

C When a flower blooms

D When a seed is produced

ANSWER

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.

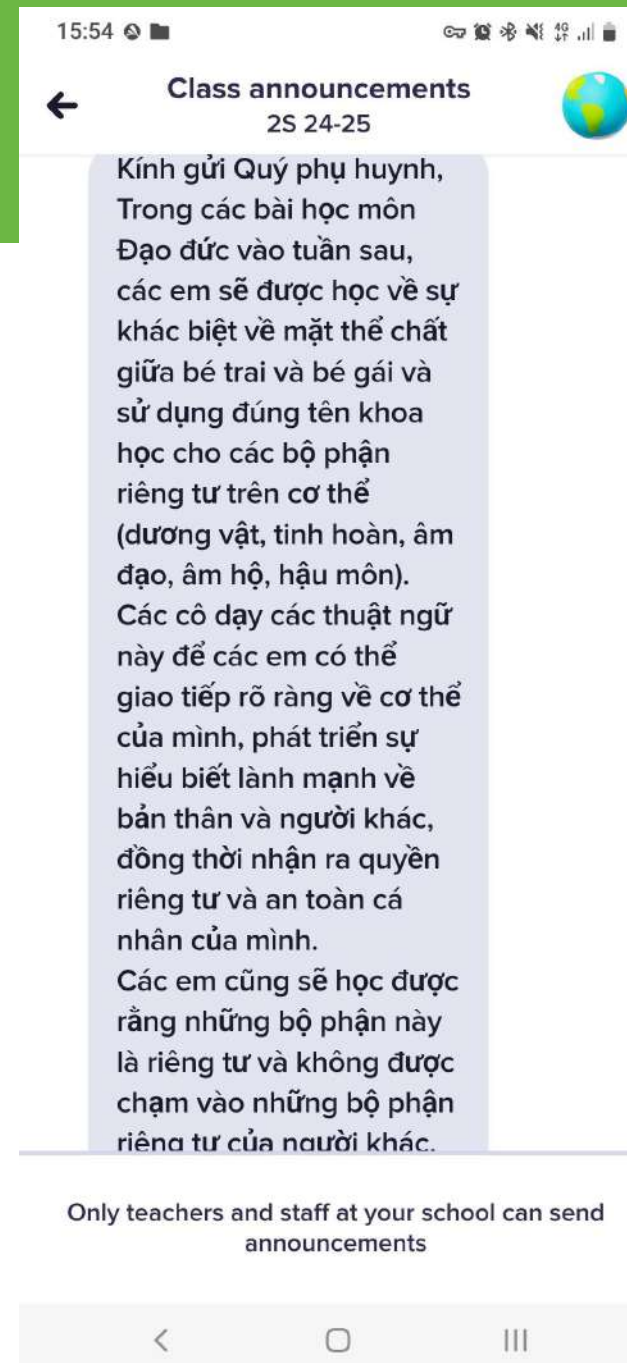
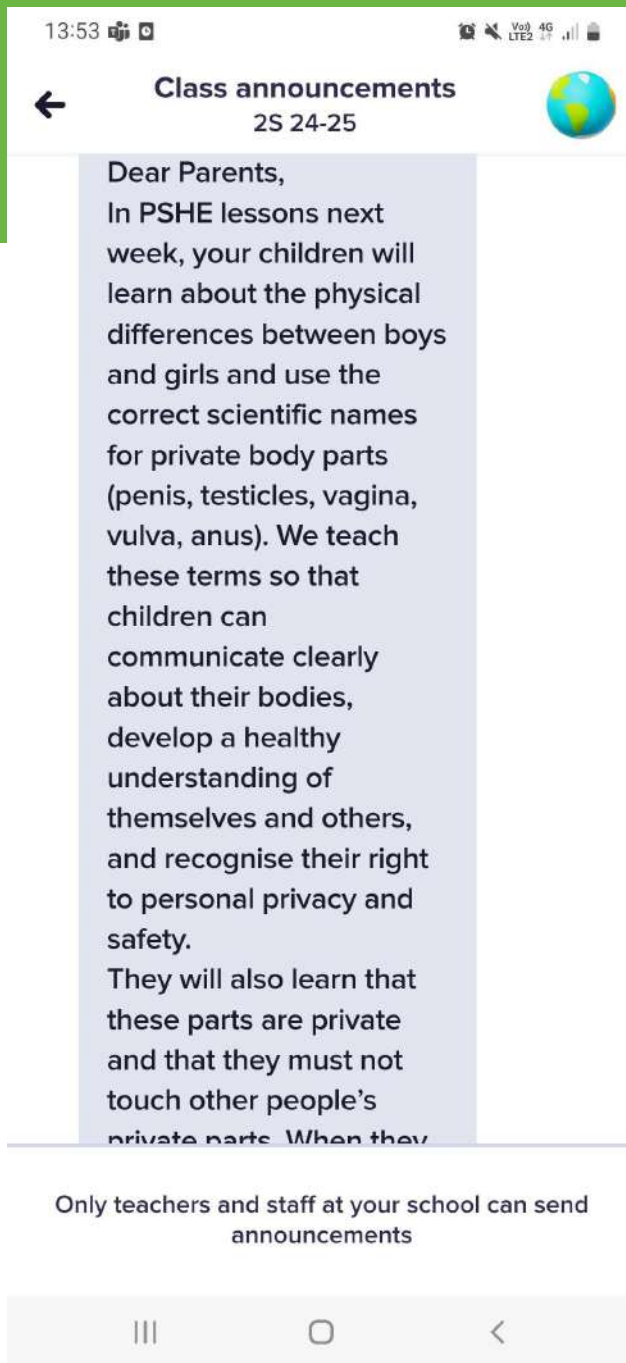
As they navigate the challenges of their changing hormones, PSHE is designed to support both the physical and emotional challenges they will encounter along the journey.



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 / GDCCD



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



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 thu thai & tình dục an toàn

Lớp 10

Mối quan hệ lãng mạn
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

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



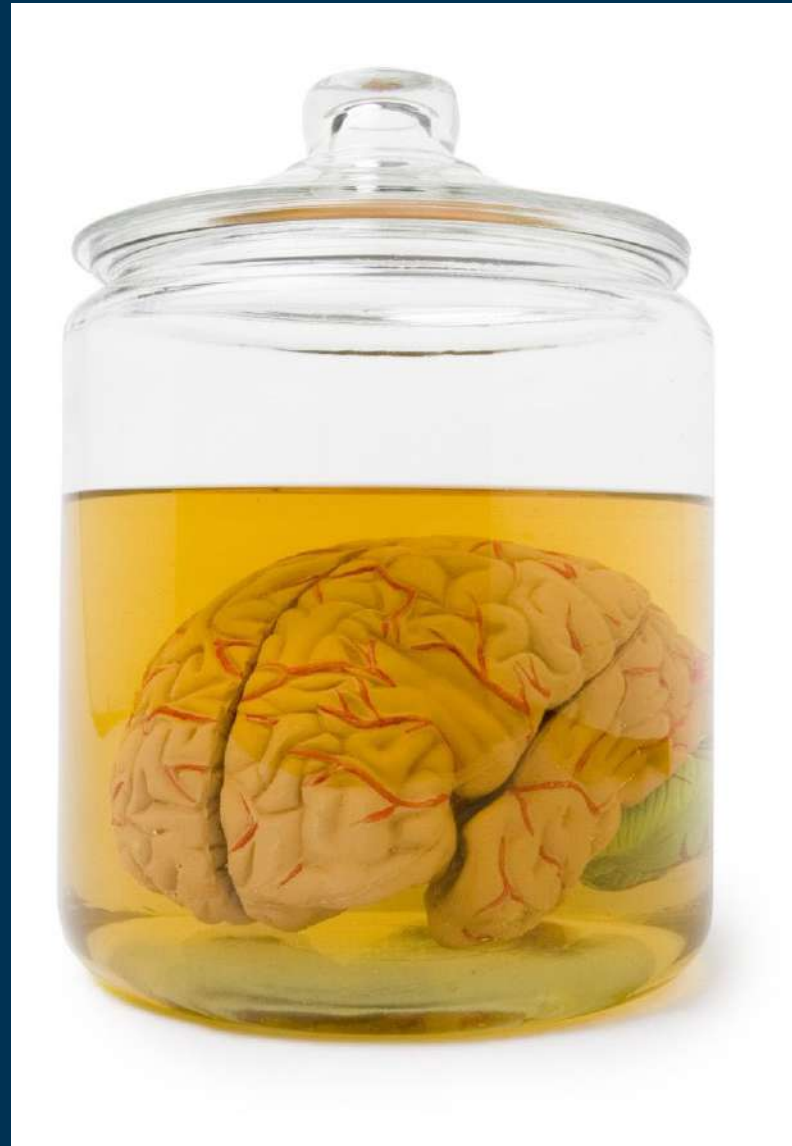
BRITISH VIETNAMESE INTERNATIONAL SCHOOL
HO CHI MINH CITY
A NORD ANGLIA EDUCATION SCHOOL

Puberty

The Developing Brain

Dậy thì

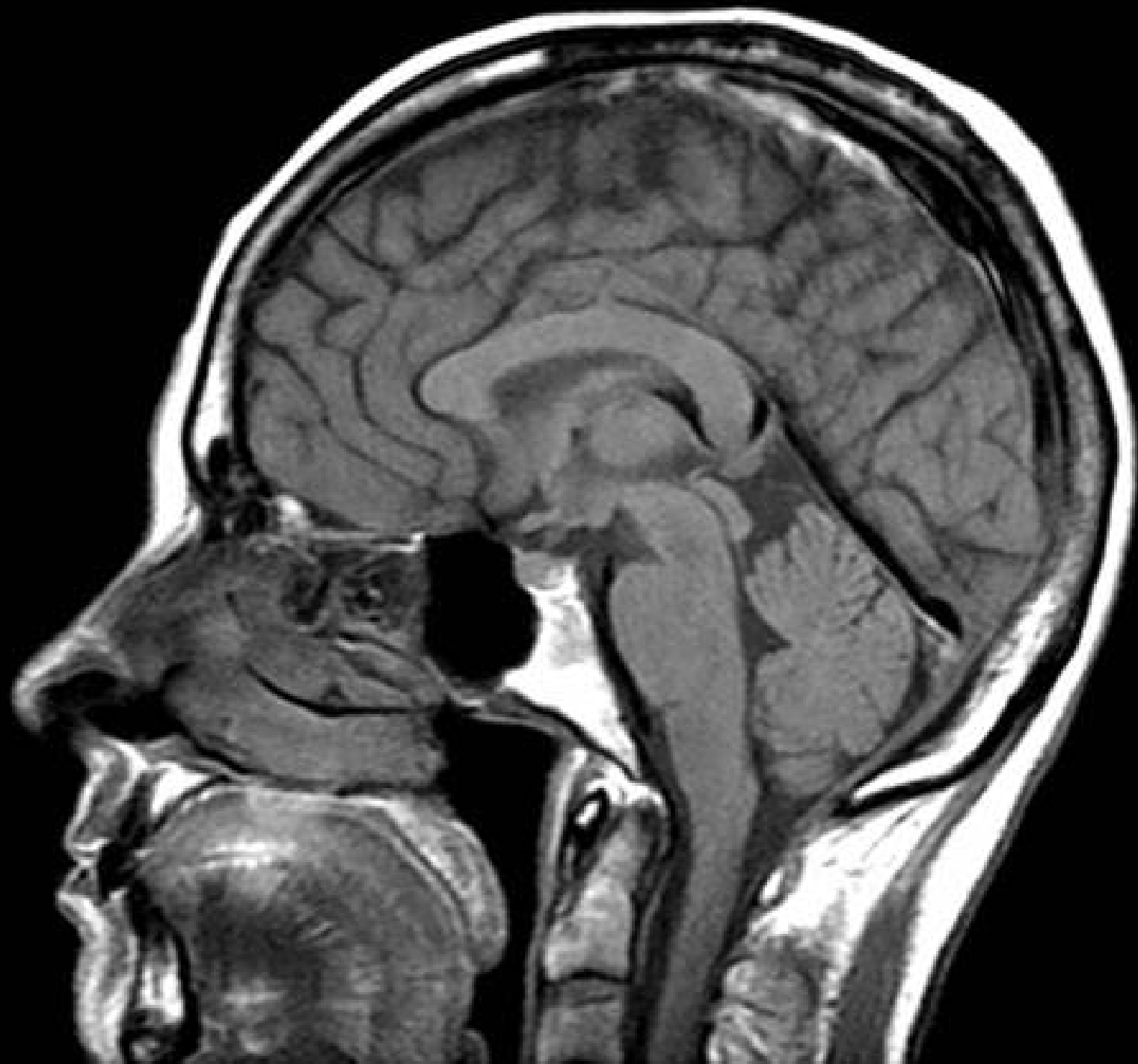
Não bộ đang phát triển

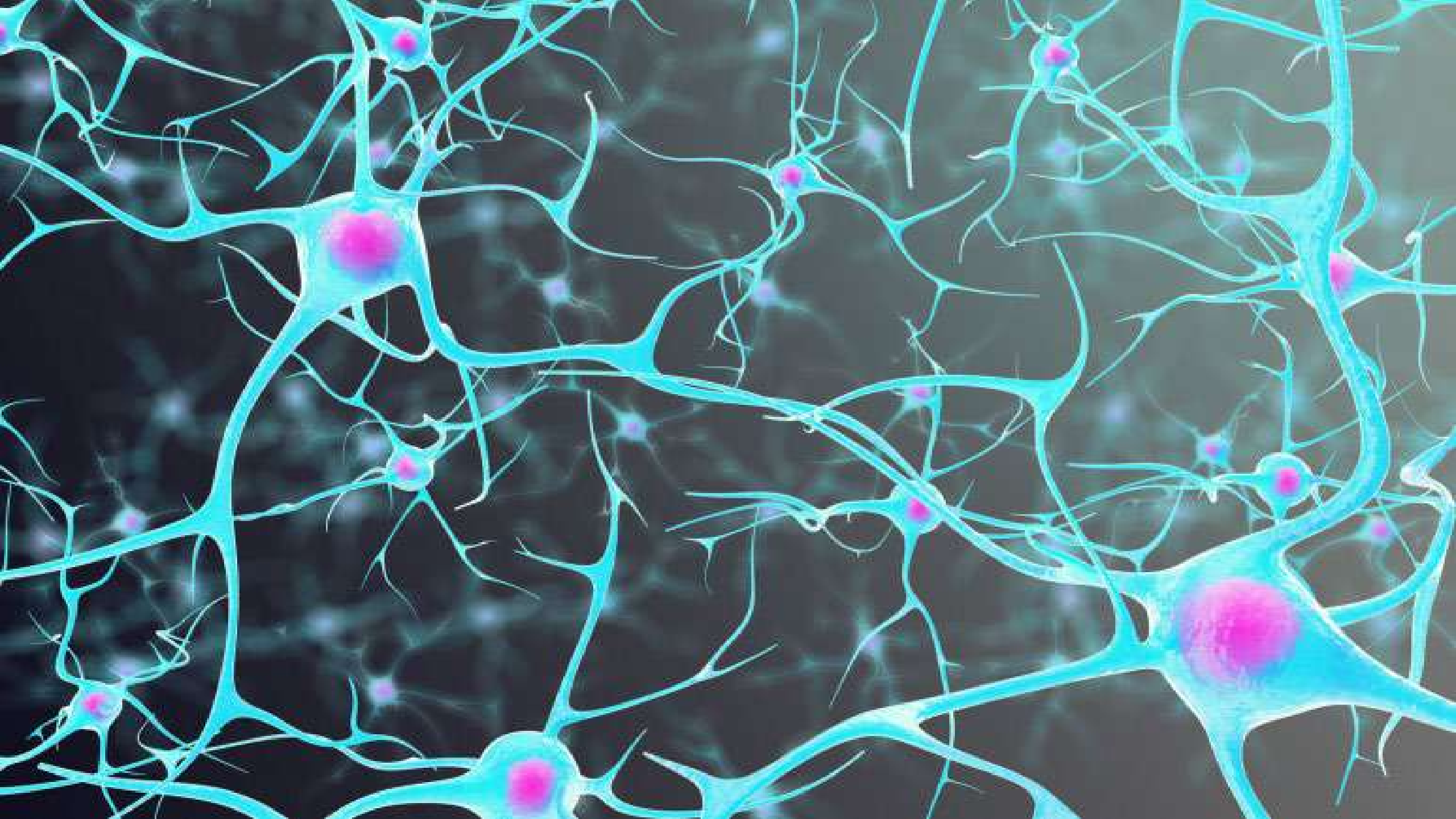


**“Teenagers are wired
for thrills, risk-taking
and emotional
outbursts”**

**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

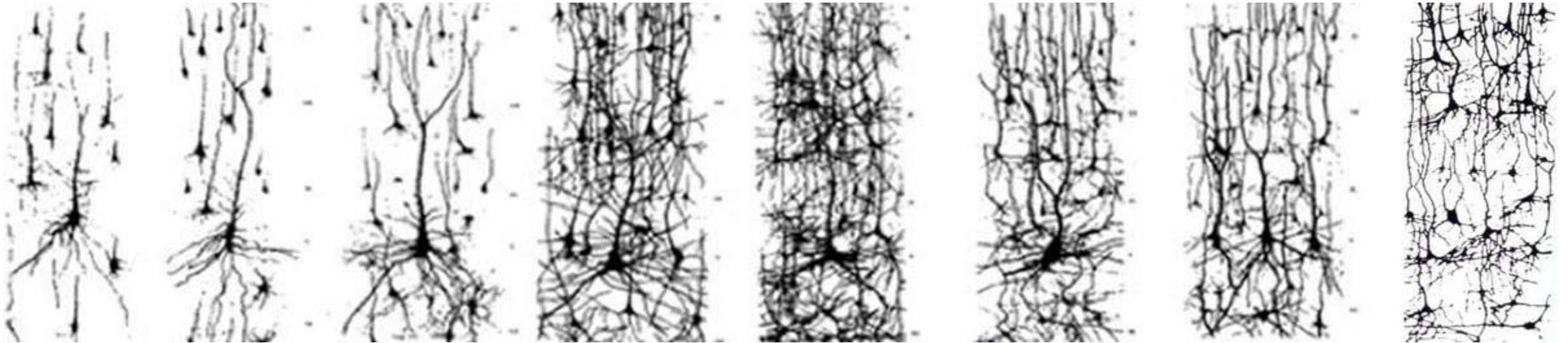
6 months

2 years

4 years

6 years

14 years



Synaptic formation

Hình thành liên kết

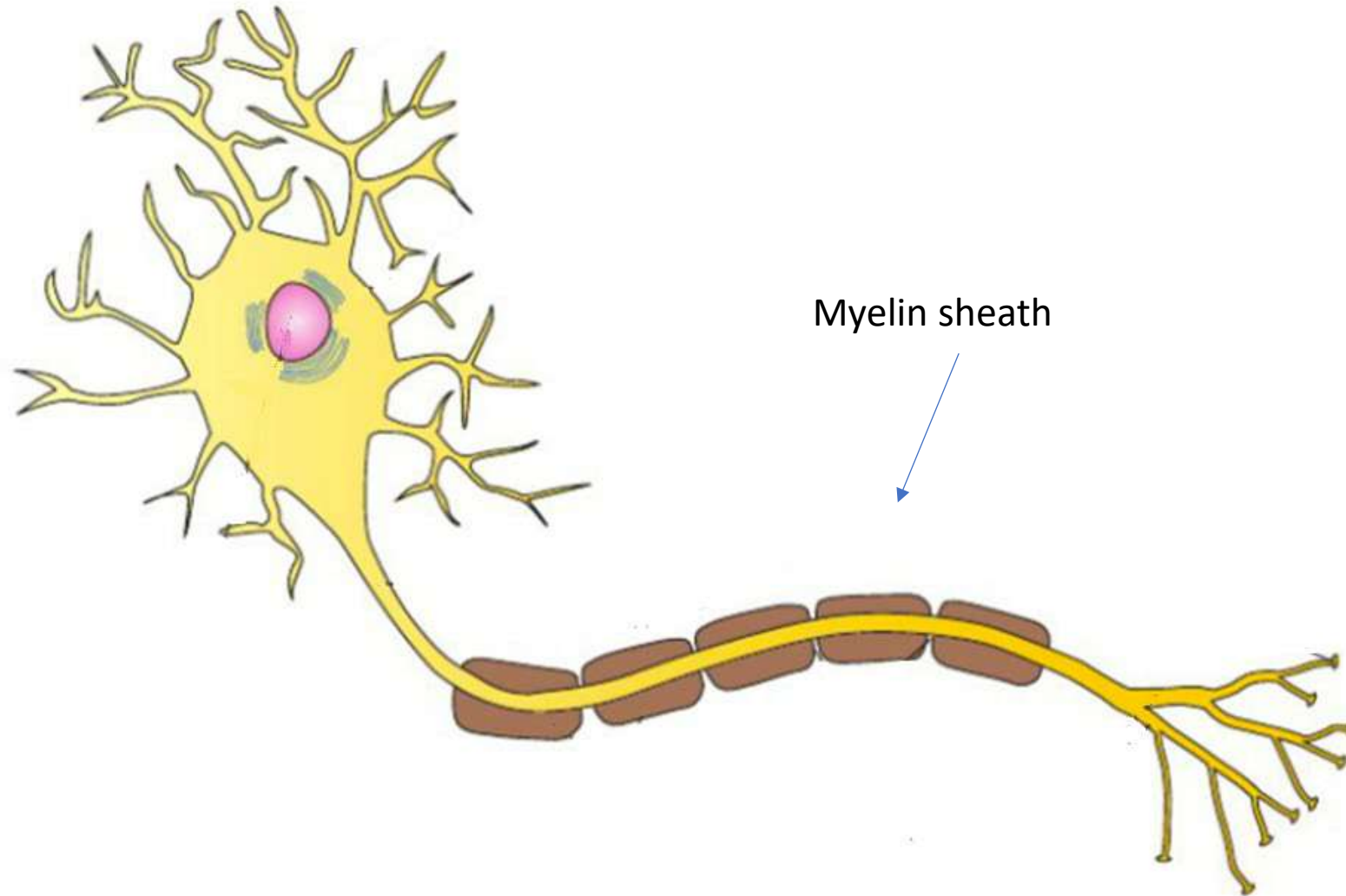
Synaptic pruning

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

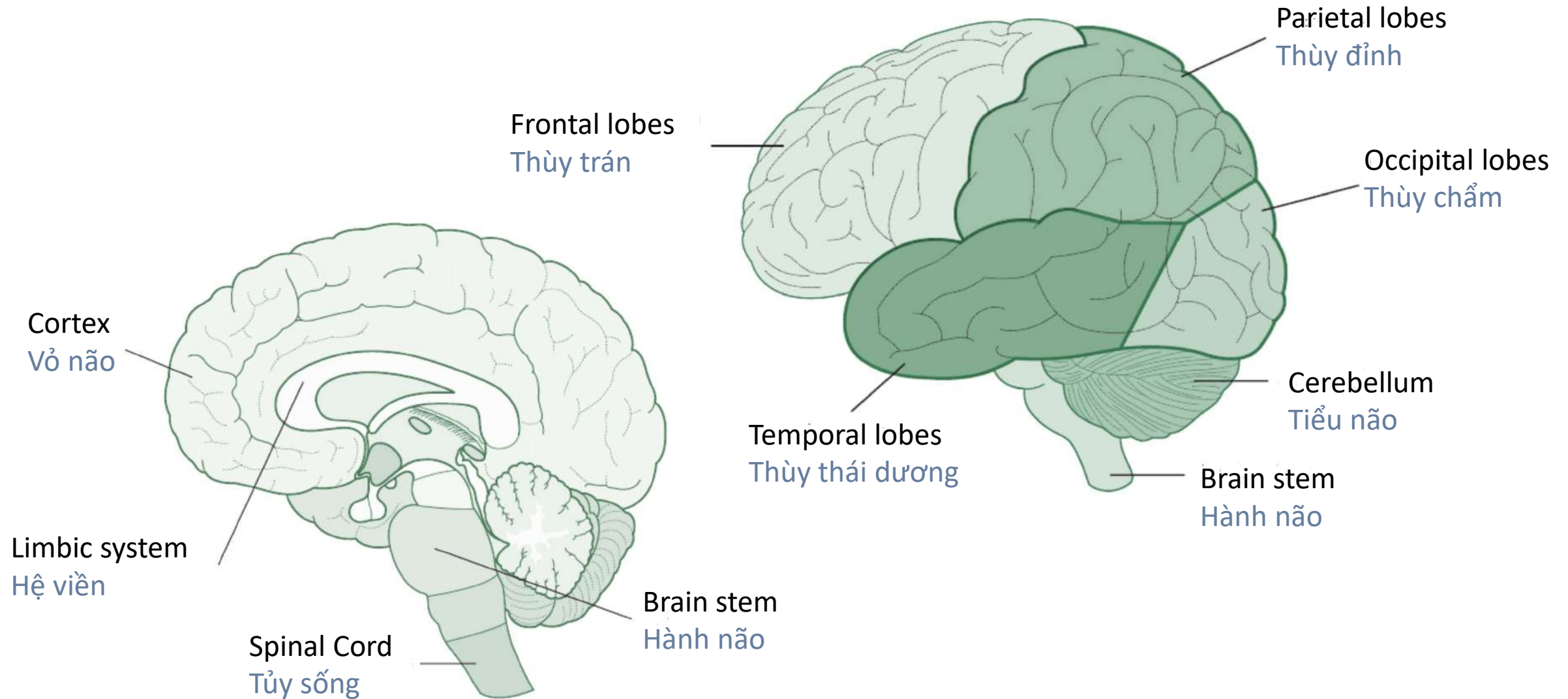
Brain stem
Hành não

Cerebellum
Tiểu não

Brain Development: Functions

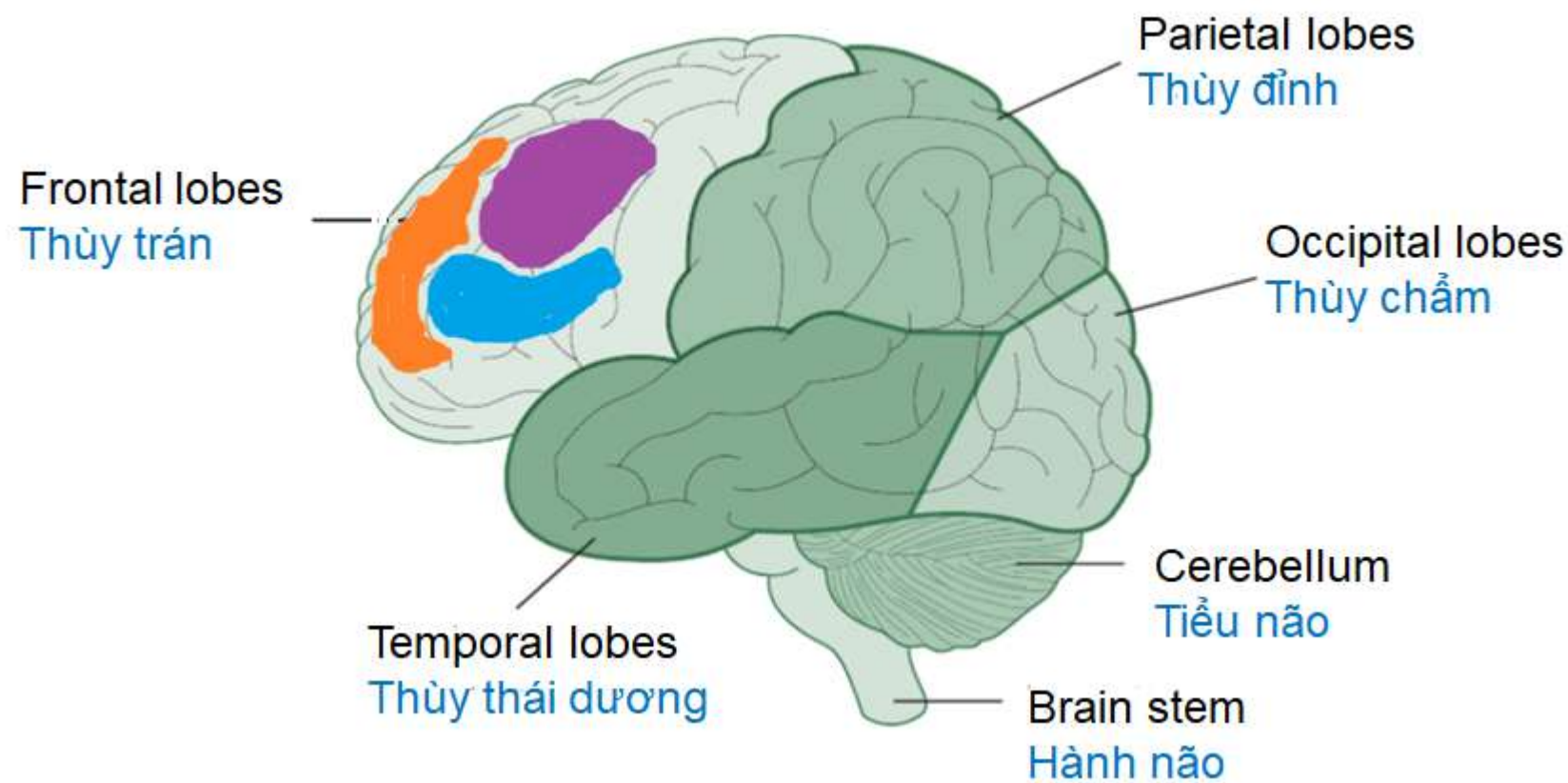
Sự phát triển não bộ: Chức năng

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	Phản ứng về mặt cảm xúc
Attention	Sự chú ý
Judgement & Behavior	Đánh giá & lựa chọn hành vi

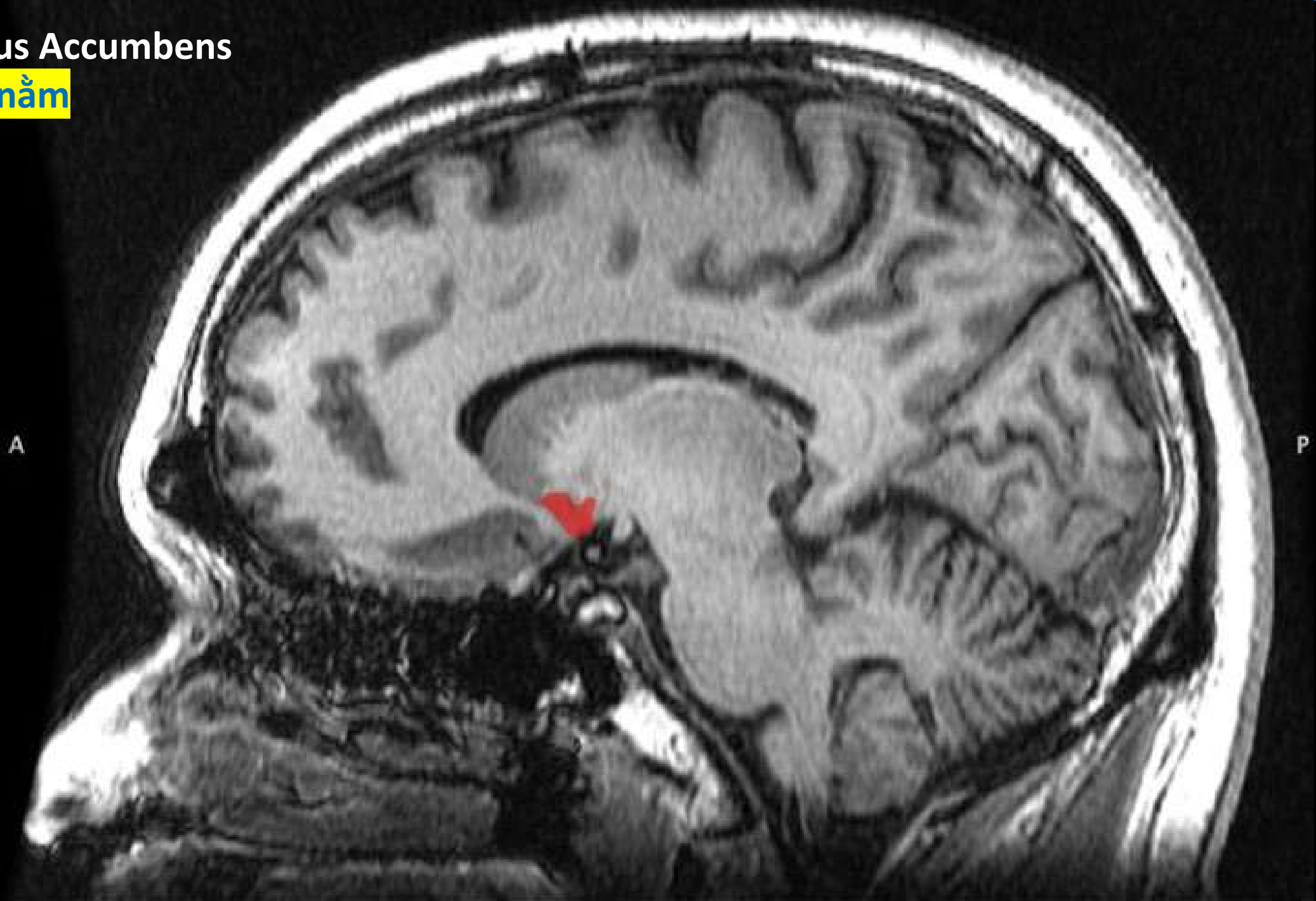
“This toast is burnt [pause] but that’s fine.”

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



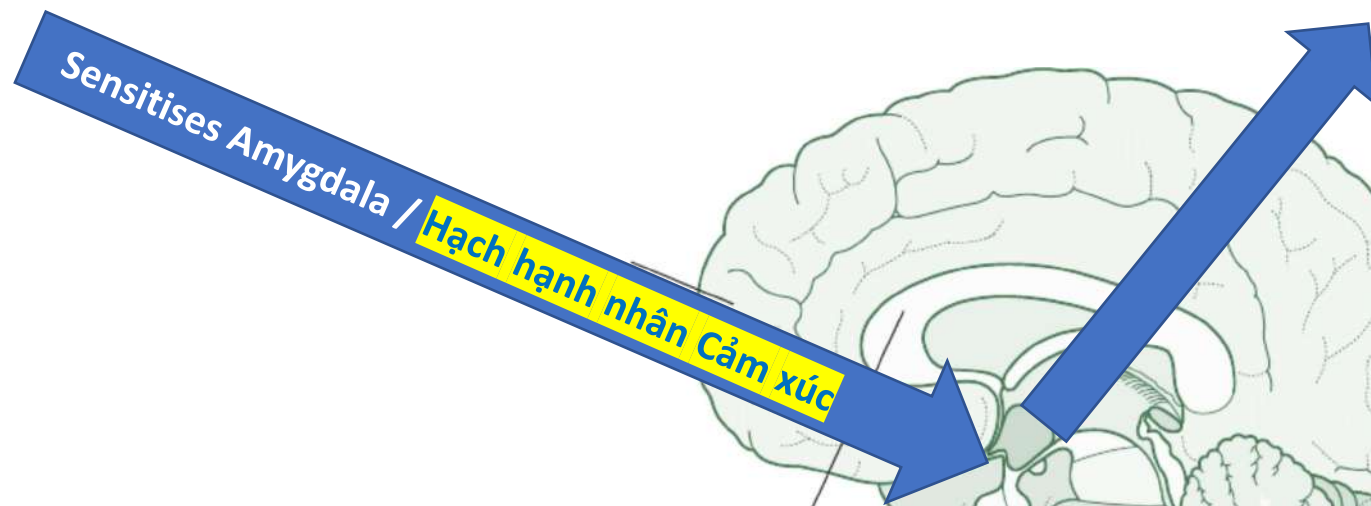
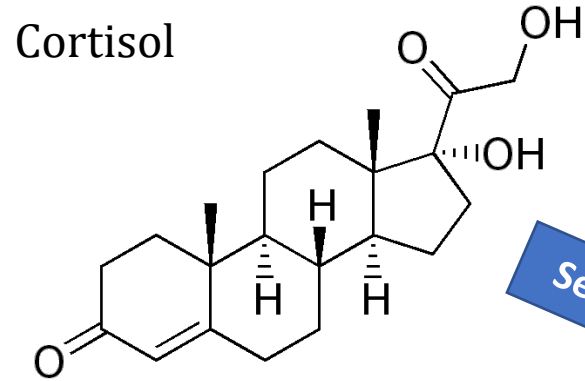
Nucleus Accumbens

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

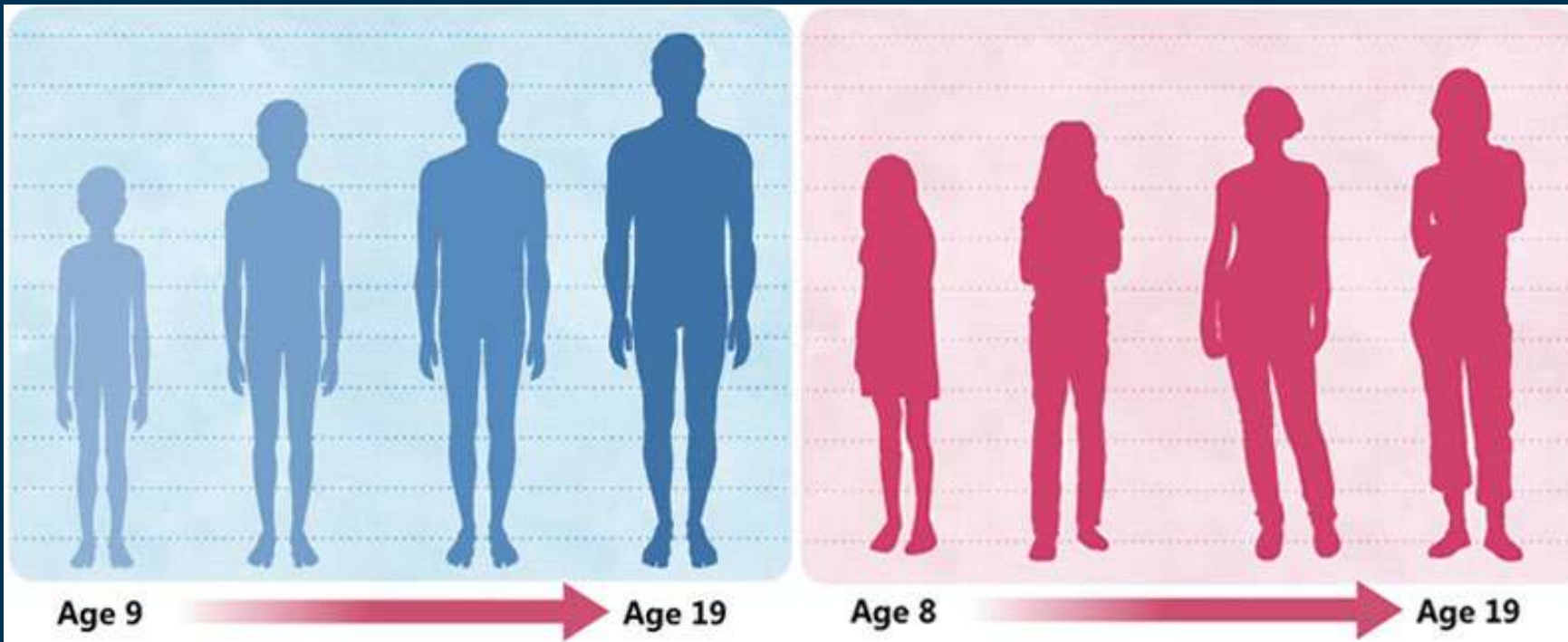
Brain stem
Hành não



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



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

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



Be an open book / Hãy cởi mở



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

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 reinforces 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

