

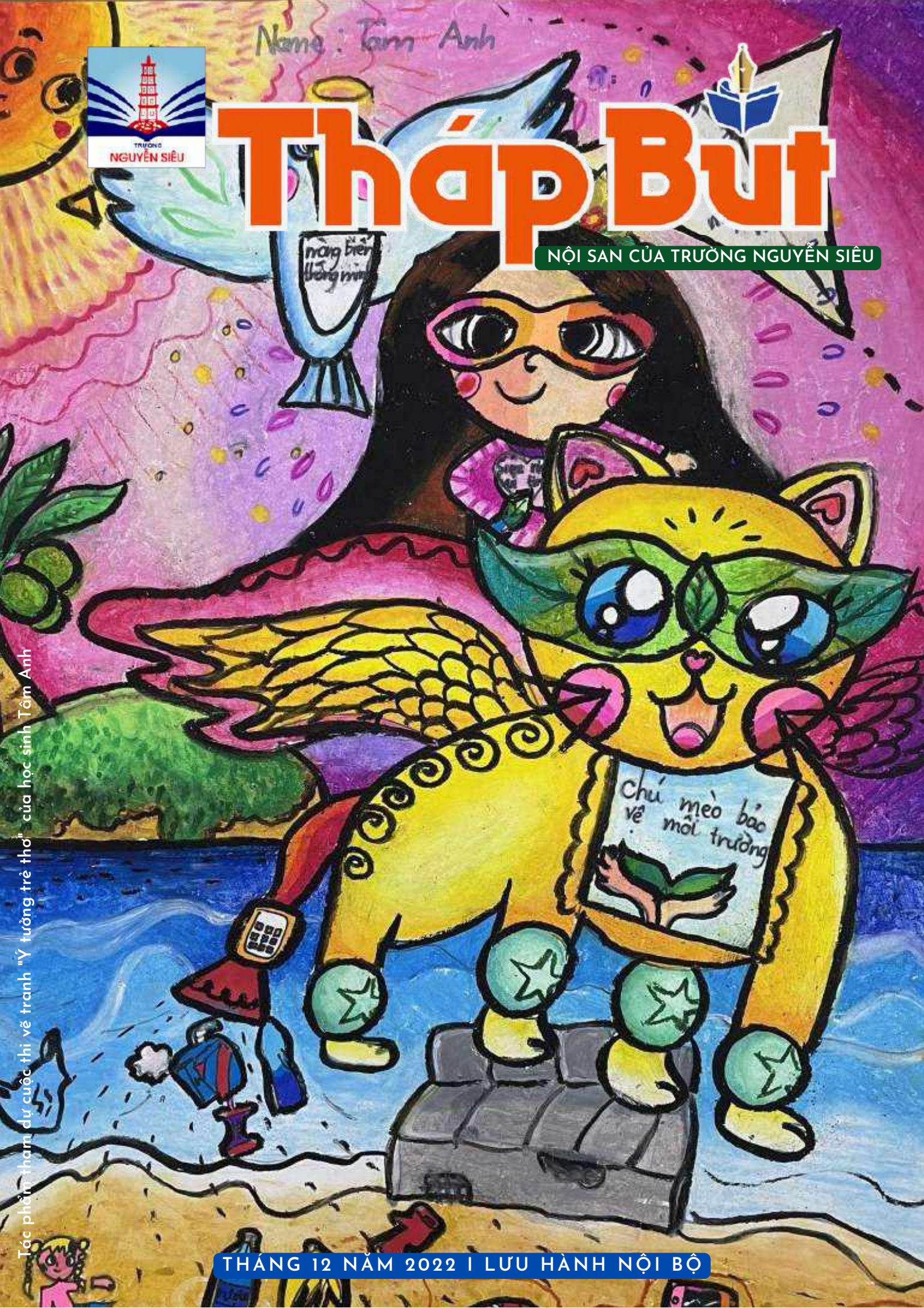
Name: Tâm Anh



# Tháp But

NỘI SAN CỦA TRƯỜNG NGUYỄN SIÊU

Tác phẩm tham dự cuộc thi vẽ tranh "Ý tưởng trẻ thơ" của học sinh Tâm Anh



THÁNG 12 NĂM 2022 | LƯU HÀNH NỘI BỘ



Năm học 2023-2024, Trường Tiểu học, THCS và THPT Nguyễn Siêu bước sang năm học thứ 19 thực hiện chương trình Chất lượng cao và năm học thứ 11 giảng dạy chương trình Song ngữ Quốc tế liên thông theo chuẩn hệ Cambridge từ Checkpoint Primary (Tiểu học) đến A-Level (Lớp 12/Dự bị đại học).

#### LIÊN HỆ

- Văn phòng Trường - Tầng 1 Nhà A
- Địa chỉ: Mạc Thái Tổ - Yên Hòa - Cầu Giấy
  - Website: [www.nguyensieu.edu.vn](http://www.nguyensieu.edu.vn)
  - Hotline: 0983232800 (Tiểu học)  
0965555800 (THCS & THPT)  
(Trong giờ hành chính)
  - Email: [tuyensinh@nguyensieu.edu.vn](mailto:tuyensinh@nguyensieu.edu.vn)

Thông tin Tuyển sinh năm học 2023 - 2024 xin xem [tại đây!](#)



# TUYỂN SINH

## NĂM HỌC 2023-2024

Gọi ngay:  
0243 7844889

Like ngay:  
Fb/Trường Nguyễn Siêu

[nguyensieu.edu.vn](http://nguyensieu.edu.vn)



# NỘI DUNG

NỘI SAN THÁNG 12 NĂM 2022



## Mục lục

Trang 3	Nội dung
Trang 4-5	Thông điệp
Trang 6-9	Điểm tin
Trang 10-13	Học thuật
Trang 14-27	Trải nghiệm
Trang 28-29	Ngàn ô cửa thế giới
Trang 30-31	Người Nguyễn Siêu
Trang 32	Ngày hội Văn hoá - Hội chợ 30 năm học
Trang 33	Chúng em vẽ
Trang 34-35	Wellbeing School
Trang 36	Lịch tháng 12/2022 - 1/2023



### Sự kiện đã diễn ra

English Festival & X'mas  
Ngày Quân đội nhân dân 22/12

### Sự kiện đang diễn ra

Cuộc vận động sáng tác "Nguyễn Siêu trong tôi"

### Sự kiện sắp diễn ra

NGÀY HỘI VĂN HOÁ VÀ HỘI CHỢ  
30 NĂM NGUYỄN SIÊU

## NĂNG LƯỢNG VÔ HÌNH NƠI THẦY GIÚP TRÒ NÊN NGƯỜI

Học trò ngày nay có sự chủ động, tự tin, dám bày tỏ quan điểm, thể hiện tình cảm với gia đình, người thân, bạn bè. Nhiều em có kỹ năng sống rất tốt, khả năng thích ứng với sự biến đổi không ngừng của xã hội. Kỹ năng sử dụng ngoại ngữ, công nghệ thông tin thành thạo là những ưu thế rất lớn giúp các em vươn ra hội nhập cùng bạn bè quốc tế.

Nhưng bên cạnh đó, học sinh ngày nay cũng có những hạn chế. Hiện tượng thờ ơ, vô cảm với những người thân trong gia đình, với thầy cô, bạn bè xảy ra khá nhiều. Một bộ phận học sinh do được bao bọc, nuông chiều trong điều kiện vật chất đầy đủ nên thiếu đi sự tự lập, bị phụ thuộc và thích sống hưởng thụ, thiếu ý chí cầu tiến và nghị lực vượt khó...



Học sinh thời nay được các thầy cô đánh giá cao về năng lực sử dụng ngoại ngữ và kỹ năng công nghệ thông tin, kỹ năng giải quyết vấn đề linh hoạt, sáng tạo, khả năng thích ứng với sự biến đổi không ngừng của xã hội.

Song, điều thầy cô lo lắng ở các em hiện nay chính là xu hướng sống vì bản thân, sự ích kỉ, không biết chia sẻ, giúp đỡ người khác trong các em ngày một nhiều. Điều đó dần thu hẹp trong lối sống, suy nghĩ của các em về lòng vị tha, sự khoan dung, hi sinh vì những người xung quanh. Nguyên nhân là các em được sinh ra và lớn lên phần lớn trong sự bao bọc, nuông chiều về cả vật chất lẫn tinh thần của cha mẹ. Bên cạnh đó, một bộ phận học sinh không thích làm việc, học tập, chỉ thích hưởng thụ, sống thực dụng. Một phần nguyên nhân cũng đến từ việc các em thiếu động lực cố gắng, quan niệm cá nhân...

### Lắng nghe để thấu hiểu

Để "chữa lành" những biểu hiện tiêu cực này, ở trường chúng tôi, giáo viên thực sự là những người cha, người mẹ thứ hai của học sinh. Ngoài việc dạy học, các thầy cô giáo luôn dõi theo, đồng hành, tư vấn mỗi khi nhận thấy các vấn đề khó khăn mà học sinh gặp phải trong học tập, mối quan hệ với gia đình, bạn bè, xã hội.

Quá trình này không bao giờ là ngắn và dễ dàng. Do đó, điều quan trọng nhất là sự "lắng nghe để thấu hiểu" từng học sinh của các thầy cô, từ đó mới đưa ra giải pháp tối ưu cho các vấn đề xảy ra đối với các em. Bên cạnh đó, thầy cô chú trọng dạy kỹ năng, bồi đắp tình cảm yêu thương, chia sẻ cho học sinh; hướng dẫn các em những kỹ năng an toàn cần thiết trong cuộc sống.

Và quan trọng hơn cả, là những người truyền cảm hứng cho học trò của mình mỗi ngày, thầy cô thấu hiểu và yêu thương các em chân thành. Chỉ có nguồn năng lượng vô hình nhưng mạnh mẽ đó mới là "bầu khí quyển" có thể thực sự nuôi dưỡng, tác động, thúc đẩy quá trình "nên người" của các em.

Đồng thời, để đảm bảo rằng học sinh có thể phát triển thành công trong thế kỷ 21, chúng tôi chuẩn bị cho học sinh năng lực để có thể chung sống và hợp tác với những con người đến từ những vùng đất, văn hoá khác, có định hướng giá trị, niềm tin và quan điểm khác biệt.

Việc học tập không còn tập trung vào giảng dạy kiến thức mà thay đổi theo hướng tối ưu hoá năng lực tư duy của học sinh, giúp các em áp dụng những gì học được vào các vấn đề hàng ngày và giải quyết các vấn đề của thế giới thực. Cùng với đó, các thầy cô giáo cũng thúc đẩy sự chủ động trong học tập và phát triển tư duy sáng tạo, đổi mới trong mỗi học trò.

Mặt khác, quá trình đánh giá cũng được thay đổi. Bên cạnh việc kiểm tra các kiến thức và kỹ năng, chúng tôi cũng tập trung vào việc nuôi dưỡng các kỹ năng mềm như khả năng làm việc nhóm, giao tiếp, giải quyết vấn đề.

Một trường học thành công ở thế kỷ 21 không chỉ giúp học sinh có hành trang kiến thức mà còn đảm bảo những yếu tố cho các em thành người. Trường học ấy phải đảm bảo 3 thành phần quan trọng: Giáo viên được trao quyền; Các nhà lãnh đạo trường học hiệu quả; Phương pháp tiếp cận sáng tạo đi đôi với tiến bộ công nghệ.

### **Nguyễn Thị Minh Thúy (Hiệu trưởng Trường THCS&THPT Nguyễn Siêu, Hà Nội)**

Nguồn: Báo Vietnamnet



# CÔNG ĐOÀN TRƯỜNG NGUYỄN SIÊU TỔ CHỨC THÀNH CÔNG ĐẠI HỘI CÔNG ĐOÀN NHIỆM KỲ 2023-2028

Ngày 24/12, Công đoàn Trường THCS&THPT Nguyễn Siêu tổ chức thành công Đại hội nhiệm kỳ 2023-2028. Đại hội Công đoàn trường chúng ta tự hào được Công đoàn ngành Giáo dục Hà Nội chọn làm Đại hội Công đoàn điểm để rút kinh nghiệm chỉ đạo Đại hội Công đoàn cơ sở.



Ngày 24/12, Công đoàn Trường THCS & THPT Nguyễn Siêu tổ chức Đại hội nhiệm kỳ 2023-2028. Đại hội lần này được Công đoàn ngành Giáo dục Hà Nội chọn làm Đại hội Công đoàn điểm để rút kinh nghiệm chỉ đạo Đại hội Công đoàn cơ sở.

Tại Đại hội, Công đoàn trường THCS & THPT Nguyễn Siêu đã tham luận, phát biểu ý kiến và ghi nhận chỉ đạo từ các đại biểu cấp cao với mong muốn nâng cao hơn nữa sự sáng tạo, tích cực từ các công đoàn viên, cải thiện hơn nữa đời sống vật chất, tinh thần của người lao động. Đại hội đã tuyên dương các công đoàn viên có thành tích hoạt động xuất sắc.



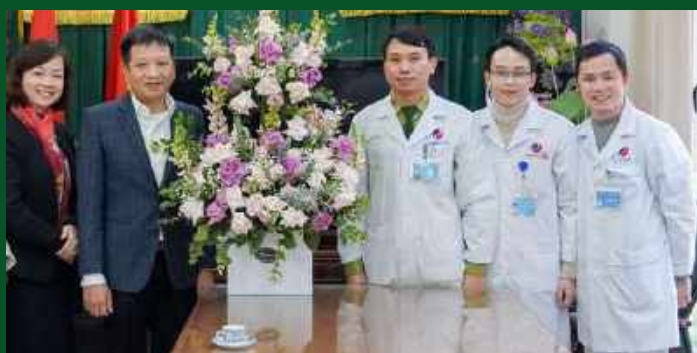
Trước đó, sáng 17/12, trường Tiểu học Nguyễn Siêu cũng đã tổ chức thành công Đại hội Công đoàn nhiệm kỳ 2023-2028.

# NGÔI TRƯỜNG "MANG BẢN SẮC BỘ ĐỘI CỤ HỒ" CHÚC MỪNG NGÀY TRUYỀN THỐNG QUÂN ĐỘI NHÂN DÂN VIỆT NAM

Chiều 21/12/2022, Công đoàn trường Nguyễn Siêu đã tổ chức chương trình Kỷ niệm ngày thành lập Quân đội nhân dân Việt Nam, tặng quà lưu niệm và gửi lời tri ân, động viên nhà giáo - chiến sĩ Nguyễn Trọng Vĩnh, người sáng lập trường và các giáo viên, cán bộ, nhân viên nhà trường đã từng có thời gian công tác trong quân ngũ.



Nhân kỷ niệm 78 năm thành lập Quân đội nhân dân Việt Nam, đại diện trường Nguyễn Siêu đã đến thăm, tặng hoa, chúc mừng các đơn vị Bệnh viện Y học cổ truyền Quân đội, Đoàn Nghi lễ Quân đội, Binh chủng Công binh và Ban Chỉ huy Quân sự quận Cầu Giấy. Đây là tấm lòng biết ơn, trân trọng của nhà trường đối với các đơn vị kết nghĩa, hợp tác giúp đỡ mái ấm Nguyễn Siêu từ những ngày đầu thành lập đến bước phát triển hiện nay.





Trường Tiểu học & THCS Nguyễn Siêu nhận giấy khen của UBND Quận Cầu Giấy cho những thành tích tốt trong công tác Y tế - Chủ thập đồ trường học năm học 2021-2022.

Trường Nguyễn Siêu đạt 2 giải Nhất, 1 giải Nhì Hội thi Giáo viên dạy giỏi cấp cụm trường Thanh Xuân - Cầu Giấy năm học 2022-2023. 2 giải Nhất thuộc về cô giáo Đào Ngọc Minh Anh (Sinh học), Giản Thị Hằng (Giáo dục công dân), giải Nhì thuộc về cô Nguyễn Thị Phương Giang (Lịch sử).



CONGRATS



Trường Tiểu học Nguyễn Siêu đạt 2 giải Nhì hội thi giáo viên dạy giỏi cấp Quận với các tiết giảng của cô giáo Trần Thị Mai (GV CN Khối 1) và cô giáo Trần Thị Tâm (GV Mĩ thuật).



## TƯNG BỪNG CÁC GIẢI THƯỞNG CỦA THẦY VÀ TRÒ

Sáng 12/12, Ban Giám hiệu, Liên đội trường Tiểu học Nguyễn Siêu đã tổ chức lễ Chào cờ, trao cờ thi đua cho các lớp có thành tích xuất sắc tháng 11 và tặng quà cho các giải thưởng do Thư viện tổ chức, các cuộc thi cờ vua, cờ tướng cấp trường.



Các thầy cô trong Ban giám hiệu trao quà và chứng nhận cho các giải Xuất sắc, Nhất, Nhì, Ba các các cuộc thi đọc sách, cờ vua, cờ tướng...; trao cờ thi đua cho các lớp xuất sắc.







## HAI HỌC SINH NGUYỄN SIÊU ĐẠI DIỆN THIẾU NHI CẢ NƯỚC THAM DỰ ĐẠI HỘI ĐOÀN TOÀN QUỐC LẦN THỨ XII

Sáng 15/12/2022, Đại hội Đoàn toàn quốc lần thứ XII họp phiên trọng thể tại Trung tâm Hội nghị quốc gia. Trong phiên họp này, trường Nguyễn Siêu vinh dự có 2 học sinh tiêu biểu đại diện cho thiếu nhi toàn quốc tham dự với tư cách là khách mời, đó là Lê Triệu Huy (9IG2S1) và Đặng Anh Kiệt (8IG1S1).

Chiều 30/12/2022, Liên Đội Tiểu học Nguyễn Siêu tổ chức lễ Kết nạp cho 120 Đội viên lớp 3, 4, 5 đủ điều kiện đứng trong hàng ngũ của Đội Thiếu niên Tiền phong Hồ Chí Minh.



## Podcast

Bản tin Mừng non của Đoàn trưởng và Liên Đội trưởng Nguyễn Siêu, xin mời nghe [TẠI ĐÂY](#)



Trong tháng 12, kỳ kiểm tra Học kỳ I đã diễn ra nghiêm túc, chất lượng ở tất cả các cấp: Tiểu học, THCS & THPT.



Giờ học Tự nhiên - Xã hội của học sinh lớp 1 được xây dựng với nội dung khám phá trường học, giúp các con thân thuộc với mỗi góc lớp, sân trường, hoặc vui hơn nữa là tìm thấy hình ảnh của chính mình xuất hiện trên bảng tin...



HS khối 1 cũng đã có một trải nghiệm thú vị với "Học Tiếng Việt thật Vui" và môn Toán khi được thực hành đo độ dài bằng sải tay, gang tay, giúp các con phát triển tư duy ước lượng, tính nhẩm, tính nhanh.



"Tình bạn diệu kỳ" là một chương trình tâm lý nhẹ nhàng, vui vẻ nhưng bổ ích được xây dựng cho các con lớp 1, để các con nhận thức được bản thân và bạn bè xung quanh.



Học sinh khối 3 trở thành những nghệ nhân nhí cắm hoa khi tham gia hoạt động "Hoa sắc màu", giờ học giúp các con khéo tay và có cảm xúc với cuộc sống muôn màu. Tiết Robotics cũng đang được triển khai trong học sinh khối 3.

Trong tháng 12, Khối 2 cũng đã được tổ chức hoạt động STEM "Làm đồ dùng học Toán"; Sắp xếp câu theo chủ đề "Tết Dương lịch - Những điều em muốn biết"; Khối 4: Tổ chức hoạt động STEM "Máy phát điện gió mini"; Khối 5: Tổ chức hoạt động STEM "Làm máy lọc nước"; cùng nhau viết câu chuyện về Tết Dương lịch.



**Câu hỏi Nghiên cứu**

**An Toàn Thông Tin Trên Internet là gì ?**

### Bài 9: An toàn thông tin trên Internet

Quang Lân, Nam Khánh  
6C14

Tác hại & nguy cơ	Quy tắc an toàn
<p><b>Nhiễm virus</b></p> <p>Thông tin cá nhân bị lộ hoặc đánh cắp</p> <p>Lừa đảo, dụ dỗ, đe dọa, bắt nạt</p> <p>Tiếp nhận sai thông tin</p> <p>Nghiện Internet, trò chơi trên mạng</p>	<p><b>Bảo mật thông tin</b></p> <p>Không được gặp gỡ bạn mới quen qua mạng</p> <p>Chỉ mở thư điện tử và tin nhắn mà bạn biết</p> <p>Kiểm tra độ tin cậy của nguồn và thông tin</p> <p>Hãy chia sẻ những việc của bạn trên mạng với những người đáng tin cậy</p>

**Kết quả**

**Hiểu rõ về an toàn thông tin trên Internet**

**Biết cách giữ an toàn trên Internet**

**Kết luận**

**Chúng con hiểu rõ về an toàn thông tin trên Internet**

### An toàn thông tin trên Internet

Những quy tắc an toàn khi sử dụng Internet:

1. Không tiết lộ thông tin lên MXH và cho người lạ;
2. Đi cùng người lớn khi muốn gặp bạn qua mạng
3. Cảnh giác với virus và tin nhắn rác.

Học sinh lớp 6 thiết kế Poster trên phần mềm Canva chủ đề "An toàn thông tin trên Internet"



"Bảo vệ môi trường" là chủ đề sáng tạo của các con học sinh lớp 10 với những thông điệp cứu Trái Đất, nói không với rác thải nhựa, giữ gìn bầu không khí trong lành...



Một số hình ảnh đầy sáng tạo và hào hứng trong các tiết học Tiếng Việt, Maths (Toán) đáng yêu của học sinh Tiểu học.



# LẦN ĐẦU TIÊN TOP 3 THẾ GIỚI XƯƠNG TÊN HỌC SINH CAMBRIDGE NGUYỄN SIÊU

Tiếp nối thành công của những năm trước, năm 2022, 4 học sinh Nguyễn Siêu đạt giải thưởng Outstanding Cambridge Learner Awards năm 2022, trong đó có 3 bạn đạt Top in Vietnam (1 bạn đạt Top in Vietnam ở 2 môn). Riêng học sinh đạt High Achievement thì đứng thứ 3 thế giới ở môn Travel & Tourism. Chúc mừng các bạn!



Đạt "Top in Vietnam" ngay từ khoá học sinh theo học chương trình Cambridge đầu tiên thi chứng chỉ IGCSE vào năm 2016, đây là năm thứ 7 trường Nguyễn Siêu được Cambridge vinh danh các học sinh xuất sắc đạt giải thưởng này và là dấu ấn quan trọng trong hành trình 10 năm triển khai chương trình Cambridge của Trường Nguyễn Siêu, kiến tạo thế hệ công dân toàn cầu.

Hiệu trưởng Nguyễn Thị Minh Thủy cho biết: "Giải thưởng uy tín này đã ghi nhận tài năng, sự cố gắng và cam kết của cả học sinh và giáo viên. Cả thầy và trò đã dạy - học, làm việc rất chăm chỉ để đạt được thành công vang dội trong các kỳ thi học thuật Cambridge. Kết quả phản ánh thực lực trên trường quốc gia và quốc tế, không chỉ của các học sinh mà còn là hiệu quả giảng dạy. Các con học sinh Nguyễn Siêu đang có một hiện tại đầy nỗ lực và tương lai tươi sáng phía trước. Tôi tin tưởng, tự hào và chúc các con luôn thành công trong tương lai của mình!"

Thông tin chi tiết xin xem [TẠI ĐÂY](#).

# Silver Medal



CHÚC MỪNG HỌC SINH NGUYỄN THÀNH HƯNG (Lớp 6C15 - Trường Nguyễn Siêu) ĐÃ XUẤT SẮC ĐOẠT HUY CHƯƠNG BẠC (môn Khoa học / Science) KỶ THI OLYMPIC TOÁN VÀ KHOA HỌC QUỐC TẾ LẦN THỨ 19!

(International Mathematics and Science Olympiad 19)

Toàn cảnh lễ công bố giải IMSO 19 (Toán và Khoa học), xin xem [TẠI ĐÂY](#).

## Congratulations!



Tự hào với thành tích của học sinh Nguyễn Siêu tại WEC 2022: Chu Bảo Linh và Trần Thu Hà (HC Bạc), Đỗ Đức Quân và Lê Ngọc Trâm (HC Đồng). Lê Ngọc Trâm nằm trong top 10 phần thi Vận dụng kiến thức chuyên sâu, Chu Bảo Linh và Đỗ Đức Quân nằm trong top 17 phần thi Vận dụng kiến thức chuyên sâu. World Economics Cup 2022 (Cúp Kinh tế Thế giới) là sân chơi dành cho học sinh trung học quan tâm đến kinh tế học. Cuộc thi năm nay diễn ra với sự tham gia của 286 thí sinh thuộc 53 đội, tới từ 42 quốc gia và khu vực trên khắp thế giới.

## "SÁCH VÀ KHÁT VỌNG CỐNG HIẾN"

Học sinh Trần Nguyệt Minh (lớp 5C16) đã vượt qua hơn 4500 video tham dự để giành giải Khuyến khích cuộc thi Giới thiệu sách trực tuyến năm 2022 với chủ đề "Sách và Khát vọng cống hiến" do Bộ Văn hoá, Thể thao và Du lịch tổ chức và trao giải ngày 1/12/2022.



>>> Video bài dự thi của Nguyệt Minh xem [TẠI ĐÂY](#).



Chúng kiến hành trình của con gái, mẹ học sinh Nguyệt Minh chia sẻ: "Mẹ con không đề cao thành tích của con mà muốn cảm ơn bộ phận Thư viện của trường mình. Các cô đã phấn đấu không ngừng để đem đến cho các con học sinh những giá trị văn hóa và tinh thần quý giá của việc Đọc sách. Các cô đã thường xuyên phát động những phong trào, những cuộc thi Đọc sách, Viết, Vẽ, tuy chỉ là những cuộc thi nhỏ, nhưng các con học sinh đều vô cùng thích thú và hăng hái tham dự. Có thể kể ra rất nhiều cuộc thi như vậy đã diễn ra trong thời gian vừa qua. Những món quà cho các bạn nhỏ thắng giải, là những quyển sách, kèm theo những tấm thiệp, chiếc nơ được thiết kế công phu và rất xinh xắn, kèm lời khen ngợi và nhắn gửi chan chứa yêu thương."

Quả vậy, Thư viện trường Nguyễn Siêu luôn là điểm đến đầy hấp dẫn đối với các bạn nhỏ. Không gian sạch đẹp và ấm cúng, những kệ sách đủ màu sắc, những khu vực đọc sách được thiết kế thật hài hòa và hấp dẫn. Giờ Thư viện là một trong những giờ học được đón chờ nhất trong tuần.

Không chỉ gói gọn trong phạm vi trường, các cô thủ thư còn tích cực tìm kiếm và giới thiệu các cuộc thi Đại sứ Văn hóa Đọc, thi Giới thiệu Sách trực tuyến với các bạn nhỏ.

Thành tích của Trần Nguyệt Minh (lớp 5C16) trong cuộc thi Giới thiệu Sách trực tuyến 2022 do Vụ Thư Viện - Bộ Văn hóa, Thể thao và Du lịch tổ chức là một minh chứng cho thấy các cô thật là "mát tay" giới thiệu, phải không các bạn? Vì thế, lần sau chúng mình hãy tích cực hưởng ứng những phong trào do Thư viện trường phát động, để có cơ hội nhận được các giải thưởng như Nguyệt Minh, các bạn nhé!

## "ĐÁNH CỜ SÁCH"



Thư viện tháng 12 đã diễn ra hoạt động phân biệt thể loại sách qua trò chơi cờ Caro. Mỗi cặp đấu sẽ phân thắng bại qua 3 lượt đấu, người thắng được yêu cầu người thua làm một nhiệm vụ liên quan đến sách (đội sách lên đầu trong 1 phút, giữ thăng bằng với sách, đọc một đoạn trong sách...)

Thật bất ngờ, từ bàn cờ Caro, các bạn học sinh còn sáng tạo thêm một trò chơi mới: Battleship khiến cho giờ đọc sách trở nên sôi động và thú vị. Thư viện vẫn đang tiếp tục đón tiếp các siêu cờ thủ đến đấu trí, đọc sách và phân loại sách theo chủ đề.

## NƠI NUÔI DƯỠNG NIỀM VUI ĐỌC SÁCH



Nhân dịp 22/12, các cô thủ thư tổ chức trò chơi "Đọc sách "hack" quà", liên quan tới các tác phẩm hướng về chủ đề quân đội nhân dân Việt Nam; giới thiệu sách: Lược sử nước Việt bằng tranh - những trang vàng lưu dấu những bước chân anh hùng dựng nước và giữ nước.

Liên quan tới lễ hội lớn của mùa Đông chính là thử thách tìm các cuốn sách mà trong tên chứa một trong số các từ "Giáng sinh" hoặc "Noel" hoặc "Christmast, nhập tên sách vào form từ 07-14/12/2022. Phần thưởng là một cuốn sách mà bạn đang mong muốn dành cho 10 "chủ nhân" có nhiều tên sách đúng yêu cầu và gửi nhanh nhất.



## KHOẢNH KHẮC ĐẸP CÙNG CUỐN SÁCH EM YÊU

Trong các cuốn sách mà con đang đọc, con đặc biệt yêu thích cuốn "Hai vạn dặm dưới đáy biển" – cuốn sách giả tưởng của Jules Verne.

"Hai vạn dặm dưới đáy biển" kể về giáo sư Aronnax cùng anh bạn giúp việc vui tính Conseil là những người say mê khám phá sinh vật biển.

Trong chuyến thám hiểm quái vật biển, bất ngờ họ phát hiện ra con cá voi khổng lồ làm bằng sắt, họ bị bắt làm tù binh trên chiếc tàu của thuyền trưởng Nemo. Sau đó, họ phải tham ra chuyến hành trình trên biển dài ngày. Một thế giới kỳ thú của đại dương đã hiện ra cùng cuộc phiêu lưu của đoàn thám hiểm và thuyền trưởng Nemo: tham gia chuyến đi săn dưới đáy biển, thoát khỏi cá mập nguy hiểm, chạy trốn những người thổ dân, ...

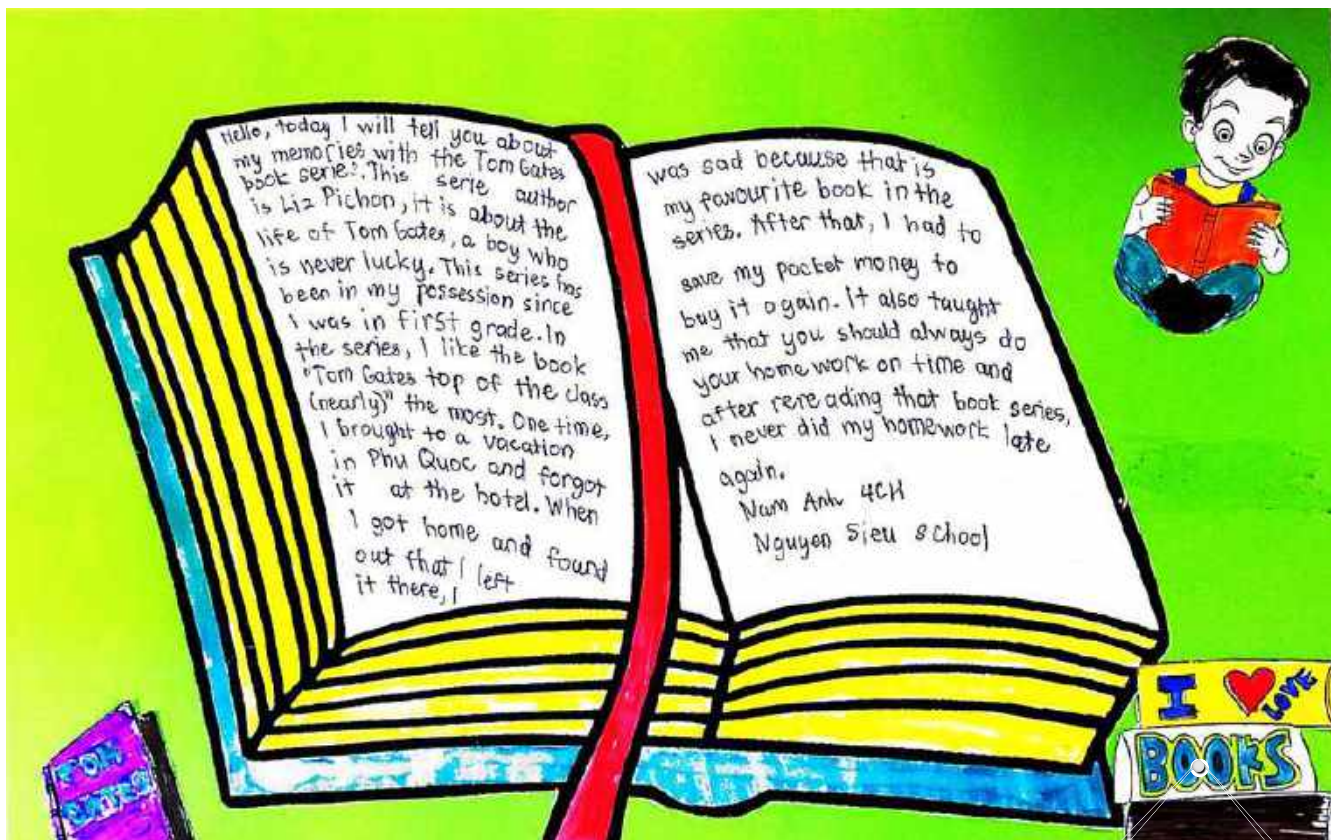


Con thích vẽ "thần bí" rất cuốn hút của thuyền trưởng Nemo. Thế giới dưới lòng đại dương hiện lên trong tưởng tượng của con là một thế giới đầy màu sắc, bao la, kì diệu, chứa đựng bao điều bí mật.

Nhờ cuốn sách, con đã hiểu hơn về các tên Nemo và Nautilus, hiểu hơn về cuộc sống sinh vật dưới đại dương và ý nghĩa của sự tự do trong cuộc sống. Những trang sách đã kích thích mạnh mẽ trí tưởng tượng của con khơi dậy niềm say mê khám phá khoa học, sáng tạo và ý thức bảo vệ đại dương nói riêng và trái đất xinh đẹp nói chung. Con ước một ngày nào đó mình cũng được lên chuyến tàu phiêu lưu, thám hiểm lòng đại dương hoặc bầu trời cao xa để thỏa sức ngắm nhìn vẻ đẹp của thế giới.

Bùi Khánh An - Lớp 4C12

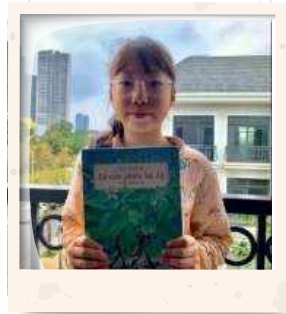
# KHOẢNH KHẮC ĐẸP CÙNG CUỐN SÁCH EM YÊU



**Moments**

Last year, because it was my birthday, my grandmother bought me the book Cricket Adventure Diary

**Book**  
Design, Illustration, Write, etc.



**CONTENT**

De Men has 2 older brothers, and from a young age very mischievous. So, this accidentally led to the death of Cricket Choat and then a long program of De Men, along with the dangers and lessons of the road.

**FEELING**

I love this book very much. The book about the adventures of the Cricket is interesting. Through long journeys, containing dangers. I am very impressed. De Men and De Trui escaped after their own mistakes. The stressful sequences of sitting in prison or the lessons of Cricket are all mysterious experiences.

**Love Coupon**

**Đề mèn phiêu lưu kỳ**  
HAPPY

I feel that De Men is a strong and brave character. Know how to correct the mistakes that have been made. I was very impressed and happy reading this book.



**BEAUTIFUL MOMENTS WITH THE BOOK I LOVE**



## NHỮNG CẬU BÉ MÊ TRANH BIỆN

Vượt qua 64 đội đến từ các trường trên toàn quốc, học sinh Nguyễn Siêu đã đạt được những thành tích đáng nể trong cuộc thi tranh biện mang tên Vietnam Middle School Debating Championship.

Sau hai ngày thi đấu căng thẳng, Nguyễn Siêu đã có 2 đội lọt vào vòng 2 với số điểm cao nhất: L.A.H (Nguyễn Ngọc Minh Anthony, Mai Phong Hải) và Winners (Nguyễn Hữu Gia Bách, Phan Tuấn Kiệt, Trương Tuấn Khôi), trong đó đội L.A.H đã xuất sắc giành chức Á quân chung cuộc và Winners xếp hạng 2/8 vòng Break và 5/8 chung cuộc.

Ở hạng mục giải thưởng Top 10 Best Speaker - Junior, có tới 3 thành viên Nguyễn Siêu đã đạt giải thưởng cao nhất: Nguyễn Ngọc Minh Anthony - đội L.A.H đã giành giải Top 1 - Best Speaker, đội Winners có Nguyễn Hữu Gia Bách giành Top 2 - Best Speaker và Phan Tuấn Kiệt giành Top 3 - Best Speaker.

Những thành tích đạt được đã góp phần ghi dấu ấn về năng lực tranh biện tiếng Anh của học sinh Nguyễn Siêu. Chúc các bạn luôn kiên trì và thành công hơn nữa với đam mê của mình.



Đội L.A.H



Đội Winners

## CHẾ BOOKMARK CHO RIÊNG MÌNH



Các bạn thoải sức vẽ hoa vẽ lá và những hình ảnh là biểu tượng của mùa xuân như: Đào, mai, chim én... Những tác phẩm rất đẹp và độc đáo, các bạn có thể mang về dùng để đánh dấu cuốn sách yêu thích của mình.



Các bạn học sinh đang hào hứng tham gia hoạt động thiết kế thẻ đánh dấu sách với chủ đề mùa Xuân tại thư viện. Mỗi bạn được phát một bìa màu tự chọn, có chung kích cỡ cùng bút chì và một hộp màu.

Ngày 01/12, các bạn học sinh khối 7 trường THCS và THPT Nguyễn Siêu đã thực hiện một chuyến đi trải nghiệm liên môn mang tên "Tinh hoa văn hóa dân gian" tại Khu di tích lịch sử - văn hóa Đền Đô và Làng Đông Hồ tại tỉnh Bắc Ninh.

## TRẢI NGHIỆM TINH HOA VĂN HÓA DÂN GIAN BẮC NINH



Với mong muốn tạo môi trường và cơ hội để nâng cao năng lực của học sinh, thầy cô nhóm chuyên môn Ngữ Văn - Lịch sử - Giáo dục công dân - Nghệ thuật (Âm nhạc và Mỹ thuật) đã tổ chức hoạt động trải nghiệm liên môn "Tinh hoa nghệ thuật dân gian" dành cho toàn bộ học sinh khối 7 của trường THCS và THPT Nguyễn Siêu.

Thông qua hoạt động trải nghiệm này, thầy cô nhà trường mong muốn các con nâng cao năng lực tự học để xác định được mục tiêu học tập, biết cách lập và thực hiện kế hoạch; năng lực giải quyết vấn đề và sáng tạo để hình thành tư duy độc lập, biết chú ý lắng nghe và tiếp nhận thông tin một cách có chọn lọc kèm theo sự quan sát tỉ mỉ; năng lực giao tiếp để biết trình bày kiến thức của bản thân một cách chặt chẽ, gọn gàng...



Để đạt được mong muốn ấy, các con học sinh được tham gia vào đa dạng các hoạt động khác nhau. Đặt chân tới Đền Đô trước tiên, các con được tham quan và tìm hiểu về lịch sử và văn hóa của địa danh này, đồng thời thưởng thức làn điệu dân ca quan họ biểu diễn bởi những nghệ sĩ chuyên nghiệp.

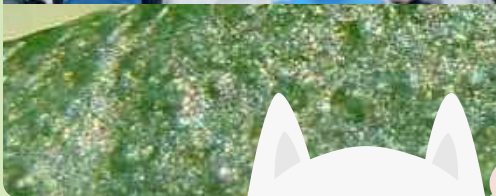


Sang tới làng tranh Đông Hồ, nghệ nhân giới thiệu về nguồn gốc, kỹ thuật làm tranh, các đề tài của tranh và giá trị nghệ thuật của chúng. Cuối cùng, các con được trải nghiệm làm tranh cùng nghệ nhân và đem về cho mình những "chiến lợi phẩm" mang đậm nét văn hóa Bắc Ninh.

Đây là cơ hội quý báu để các con tìm hiểu sâu hơn về lịch sử và văn hóa của Bắc Ninh - nơi từng là trung tâm của xứ Kinh Bắc xưa, là cái nôi của Dân ca quan họ được công nhận là Di sản văn hóa phi vật thể đại diện của nhân loại.

Học sinh khối 7 cũng đã có chuyến tham quan, học tập tại Bảo tàng Tài nguyên Rừng. Trong một khuôn viên rừng giữa lòng Hà Nội, các bạn được khám phá các loài thực vật đặc hữu, các bộ sưu tập côn trùng, thú quý hiếm, trong đó có cả những loài đã tuyệt chủng tại Việt Nam như tê giác một sừng.

Cùng với việc làm bài tập thu hoạch, hoạt động trải nghiệm này còn giúp các bạn có những tiêu bản lá cây làm kỷ niệm, hay cùng nhau sáng tạo những bức tranh từ cành, lá...



## THĂM HIỂM RỪNG TRONG LÒNG PHỐ



## Khám phá nét đẹp làng lụa Hà Đông

Sáng ngày 26 và 27/12, hoạt động trải nghiệm liên môn mang tên "Dấu ấn quê lụa" dành cho học sinh khối 8 đã diễn ra tại Làng lụa Vạn Phúc (Hà Đông).



Tại đây, các bạn học sinh được tham quan đền thờ tổ nghề và tìm hiểu về lịch sử cũng như quá trình hình thành của làng nghề. Trải qua nhiều thế hệ, lụa Vạn Phúc vẫn giữ được nét đẹp truyền thống và đi đầu trong ngành dệt lụa của Việt Nam.

Bên cạnh đó, học sinh có cơ hội tìm hiểu về quy trình sản xuất lụa tơ tằm một cách cực kỳ chi tiết và rõ nét, được hướng dẫn bởi những người thợ nghề lâu năm tại Làng lụa Vạn Phúc. Cuối buổi là thời gian dành cho các bạn trải nghiệm tự mình làm nên một vòng đeo tay bằng lụa để làm kỷ niệm cho chuyến đi học tập tại một làng nghề văn hóa đặc sắc của Việt Nam.



## TRỞ VỀ QUÁ KHỨ HUY HOÀNG TẠI BẢO TÀNG LỊCH SỬ QUỐC GIA VIỆT NAM

Vừa qua, các bạn học sinh khối 5 trường Tiểu học Nguyễn Siêu đã có cơ hội thăm quan trải nghiệm liên môn Lịch sử tại Bảo tàng Lịch sử Quốc gia (số 216 Trần Quang Khải, Hoàn Kiếm, Hà Nội).

Tại đây, các con được thăm quan và học tập tại khu vực trưng bày hiện vật và tư liệu của thời kì kháng chiến chống thực dân Pháp và thời kì kháng chiến chống Mỹ cứu nước dưới sự hướng dẫn của các cô thuyết minh viên.



Thông qua chuyến đi này, học sinh sẽ thu nạp thêm những hiểu biết về lịch sử, những câu chuyện lịch sử qua các thời kỳ cũng như truyền thống đấu tranh giữ nước của dân tộc. Từ đó nâng cao niềm tự hào dân tộc, sự biết ơn với các thế hệ cha ông, các anh hùng dân tộc đã chiến đấu quên mình để bảo vệ Tổ quốc.



## THÉP TRONG NGỤC TÙ



"Thép trong tù ngục" - chương trình thực sự thú vị đưa các con học sinh lớp 9 đến với một Hoà Lò đã thay da đổi thịt. Vẫn là những truyền thống hào hùng trung liệt, những dấu ấn vừa đau đớn vừa tự hào, những mảnh ký ức không bao giờ có thể quên xưa cũ, nay đã trở nên gần gũi, thấu cảm hơn qua cách bài trí và cung cấp công cụ nghe, nhìn, thuyết minh...

## "HỌC KỲ QUÂN SỰ"



Có lẽ với học sinh THPT, trọn vẹn ấn tượng của tháng 12 là dành cho khoá trải nghiệm bộ môn Giáo dục Quốc phòng - An ninh xa nhà, xa trường và đêm Gala lửa trại nồng ấm nhiệt huyết giữa thời tiết lạnh giá của mùa đông miền Bắc.





TRƯỜNG TIỂU HỌC - THCS - THPT NGUYỄN SIÊU  
NGUYEN SIU SCHOOL

# English festivals

HA NOI, 12/2022

## Lớp học lớn, trải nghiệm vui

Trong tháng 12, chuỗi hoạt động English Festival được tổ chức sôi nổi cho các khối 1, 2, 3, 4, 5 với nhiều hình thức phong phú, mang lại sự phấn khích và hứng thú cho các con trong việc học tiếng Anh và đón mừng Giáng sinh, Năm mới. Các chương trình được xây dựng trên nền tảng kết hợp học tập trải nghiệm theo chủ đề Giáng sinh và English Festival, khám phá sự đa dạng văn hoá thế giới, "Rung chuông Vàng"...

### Phần 1. Hoạt động theo chủ đề Giáng sinh

Năm học 2021-2022, các bài học về chủ đề Giáng sinh đều chủ yếu diễn ra trong không gian lớp học, và còn là lớp học trực tuyến. Bên cạnh đó, đối với các lớp Advanced, dự án "Form a Music Band" đã trang bị cho các con kỹ năng làm việc nhóm, sự tự tin thể hiện khả năng của mình. Năm học 2022-2023, nhằm đẩy mạnh hơn nữa việc phát triển các kỹ năng cho học sinh, không gian lớp học đã được mở rộng thành một lớp học lớn theo từng khối. Các con học sinh tự tin tỏa sáng ở một cấp độ cao hơn, tại một sân khấu lớn hơn, với sự cổ vũ của nhiều bạn bè và cha mẹ. Thông qua các hoạt động trong chương trình, học sinh có thêm hiểu biết về văn hóa trong ngày lễ Giáng sinh, tham gia trả lời câu hỏi và nhận về những phần quà xinh xắn.

### Phần 2: Tổng kết và trao giải English Festival



Với những hoạt động lần đầu tiên tổ chức, BTC nhận được sự ủng hộ và tham gia nhiệt tình của học sinh toàn trường. Ban giám khảo đã tìm ra được các học sinh có khả năng sử dụng ngôn ngữ linh hoạt, ngữ điệu tự nhiên và có năng khiếu về nhiều mặt, như lòng tiếng, thuyết trình, ca hát, biểu diễn, ý tưởng kinh doanh, tranh biện...

### Hoạt động nối tiếp



Nằm trong kế hoạch tăng cường trải nghiệm học tập đề cao phát triển Bộ kỹ năng thế kỉ XXI, từ Học kỳ II, Khối Song ngữ triển khai chương trình Enrichment đối với học sinh Khối 1 và Khối 2. Nội dung trải nghiệm được thiết kế dựa trên Khung chương trình của Cambridge với chuỗi "workshops" kỹ năng như Arts & Crafts và Drama theo quy mô nhỏ (khoảng 15 học sinh). Các sản phẩm trải nghiệm của học sinh sẽ được trưng bày và giới thiệu vào thời điểm kết thúc mỗi đợt workshop.

>>> Danh sách học sinh đoạt giải, xem [tại đây](#).





HAPPY NEW YEAR  
2023





Ngày hội Văn hóa K4 đưa các bạn học sinh đi vòng quanh thế giới, khám phá nền văn hóa của nhiều quốc gia khác nhau, đi qua mùa Giáng sinh an lành và cập bến năm mới hạnh phúc. Rất nhiều những nét văn hóa đặc trưng như ẩm thực, kiến trúc, trang phục, nghệ thuật... của các quốc gia đón đợi các bạn thưởng thức và khám phá!



Khám phá sự đa dạng văn hoá

# FESTIVAL



## Nào mình cùng "chill" với tiếng Anh!

NSERS từ khối 6 đến khối 12 đã cùng cháy hết mình trong không khí rộn ràng của mùa English Festival 2022 - diễn ra vào chiều Thứ Sáu (23/12/2022), tại Hội trường tầng 5H - trường Nguyễn Siêu.

Đến với English Festival, các bạn không chỉ được thưởng thức những màn trình diễn nghệ thuật đặc sắc - chỉ có thể được biểu diễn bởi các nghệ sĩ NSERS, mà còn được tận hưởng những phút giây hồi hộp đầy cảm xúc đến từ các phần thi tài năng bằng Tiếng Anh.



Hoà chung cùng không khí rộn ràng của một mùa Giáng sinh 2022 sắp tới, Thư viện nhà trường đã đưa ra một thử thách dành cho các bạn học sinh Nguyễn Siêu, đó là "Đi tìm chủ nhân kho sách Giáng sinh".  
Hình bên là kết quả và danh sách 9 chủ nhân có "kho" sách Giáng sinh "đồ sộ" nhất.

**Chủ nhân "Kho" sách Giáng Sinh**

- Phạm Minh Sơn - 3C12
- Đỗ Văn Tiến - 11A3
- Nguyễn Đăng Duy - 3C15
- Nguyễn Tuệ Sơn - 7C13
- Đặng Nguyễn Kha - 6C17
- Trần Khánh Vi - 6C17
- Đỗ Hà My - 3C1
- Nguyễn Minh Quân - 4C14
- Nguyễn Linh Đan - 2C17

# Đổi rác lấy quà 🌵 vì một thế giới xanh

♻️ Hướng tới mục tiêu xây dựng trường học sinh thái và rèn luyện các thói quen tốt để bảo vệ môi trường, vào ngày 16/12 vừa qua, học sinh Trường Nguyễn Siêu đã có trải nghiệm thú vị, bổ ích với hoạt động “Đổi rác lấy quà”.

Về thể lệ đổi quà, học sinh sau khi phân loại và thu gom những rác thải tái chế như vỏ hộp sữa, giấy vụn, nhựa và pin đã qua sử dụng để đổi lấy những món quà nhỏ xinh như đồ dùng học tập, chun buộc tóc, cây cảnh... Với sự hưởng ứng nhiệt tình từ các bạn học sinh, Trường Nguyễn Siêu đã thu gom được hơn 386kg giấy vụn, 40kg bìa carton và 85kg cốc nhựa để gửi đến các tổ chức tái chế.

Qua hoạt động nhằm nâng cao nhận thức của các bạn học sinh về tác hại của rác thải nhựa, đồng thời tuyên truyền hướng dẫn các bạn học sinh thay đổi thói quen sử dụng sản phẩm nhựa một lần, thay vào đó là các sản phẩm thân thiện với môi trường và thói quen phân loại rác ở nhà cũng như ở trường học.



## KÝ KẾT GHI NHỚ HỢP TÁC VỚI ĐẠI HỌC REGINA (CANADA) VÀ NHẬN HỌC BỔNG 65 NGÀN AUD



Ngày 02/12/2022, trường Nguyễn Siêu đã tổ chức lễ ký kết hợp tác với Đại học Regina (Canada) - đánh dấu sự mở đầu cho mối quan hệ hợp tác quốc tế chính thức giữa hai trường. Lễ ký kết có sự tham gia góp mặt Chủ tịch và ban lãnh đạo Đại học Regina và trường Nguyễn Siêu, cùng với sự chứng kiến của đại diện Đại sứ quán Canada tại Việt Nam, đại diện văn phòng bang Saskatchewan tại Việt Nam và đại diện Bộ Thương mại và Phát triển xuất khẩu. Nhân chuyển làm việc, Đại học Regina cũng vui mừng trao một suất học bổng trị giá 65 ngàn AUD dành riêng cho học sinh trường Nguyễn Siêu.

Đại học Regina (thành lập năm 1911) là một trong những trường Đại học công lập có nhiều học sinh theo học nhất tại xứ sở lá phong. Trường nằm trong top 200 trường Đại học trẻ (theo xếp hạng Times) và đứng thứ hai trong số các trường đại học toàn diện về mức độ hỗ trợ tài chính cho sinh viên bằng học bổng, giải thưởng. Đại học Regina nổi tiếng vì tập trung vào học tập trải nghiệm của sinh viên và đề cao thực hành với chương trình Internship, qua đó sinh viên có thể có thu nhập trong quá trình học cử nhân.

Việc hợp tác với Đại học Regina góp phần vào sự phát triển hợp tác quốc tế của trường Nguyễn Siêu, với mong muốn đem tới nhiều cơ hội và lợi thế to lớn dành cho các bạn học sinh của nhà trường. Sự hợp tác quốc tế mang đến cơ hội được gặp gỡ, kết bạn cũng như trao đổi nền văn hóa và cách thức học tập đa dạng với các bạn học sinh nước ngoài thông qua các hoạt động thường niên: trại hè, trao đổi học sinh, trải nghiệm du học ngắn hạn trong 3 tháng, du học dài hạn, giao lưu trực tiếp và trực tuyến xuyên quốc gia, tham gia các ngày hội văn hóa - giáo dục quốc tế.

## NHỮNG CHIA SẺ TỪ HỘI THẢO ĐẠI HỌC CUHK

Chiều ngày 12/12, hội thảo CUHK đã diễn ra trực tuyến với sự tham gia của đại diện trường Đại học Trung Văn (Chinese University of Hongkong - CUHK) - ông Andy Wong, Tổng LSQ Việt Nam tại Hong Kong - ông Phạm Bình Đàm, các bạn sinh viên Việt Nam hiện đang học tập tại CUHK cùng với rất nhiều đại diện và học sinh tới từ 9 trường chuyên cấp 3 trải dài trên khắp Việt Nam.



Tại buổi chia sẻ, đại diện trường không chỉ chia sẻ về những cơ hội học bổng, những khóa học, hoạt động nổi trội, trải nghiệm học tập, làm việc và sự quan tâm của cán bộ trường dành cho sinh viên CUHK, các bạn học sinh tại Việt Nam còn được lắng nghe những trải nghiệm khó quên tới từ các anh chị sinh viên người Việt hiện đang sinh sống và học tập tại CUHK.

Qua buổi chia sẻ thân tình từ trường Đại học CUHK, trường Nguyễn Siêu mong muốn các bạn học sinh có thể dần dần đưa ra lựa chọn riêng của mình để tăng cường cơ hội cho bản thân cũng như xác định rõ lộ trình phát triển trong tương lai.

## TRƯỜNG NGUYỄN SIÊU HỢP TÁC VỚI SỞ GIÁO DỤC BANG TASMANIA (ÚC)

Chiều 16/12, Hiệu trưởng trường Nguyễn Siêu - bà Nguyễn Thị Minh Thuý và Phó Giám đốc Sở Giáo dục bang Tasmania (Australia) - bà Kathryn đã ký biên bản ghi nhớ hợp tác giữa trường Nguyễn Siêu và Sở Giáo dục bang Tasmania. Nguyễn Siêu đã trở thành đối tác đầu tiên tại Việt Nam của Sở Giáo dục bang Tasmania, mở ra những cơ hội tốt đẹp cho học sinh của cả 2 đất nước.



Với biên bản ghi nhớ hợp tác này, học sinh Nguyễn Siêu có thêm những cơ hội mới để theo học tại Tasmania, một bang có truyền thống giáo dục hàng đầu Australia. Khi theo học tại Tasmania, học sinh sẽ có cơ hội được trở thành một phần của cộng đồng đang phát triển, thịnh vượng với nét đặc trưng về văn hóa và nghệ thuật sống động.

Hơn 97% số học sinh tại các trường công lập bang Tasmania là học sinh địa phương. Điều này giúp cho Tasmania trở thành một nơi hoàn hảo cho học sinh quốc tế phát triển các kỹ năng tiếng Anh và có những trải nghiệm đích thực về cuộc sống ở Australia.

Người dân Tasmania được biết đến là những người hay giúp đỡ và thân thiện. Tasmania không những là nơi có không khí sạch nhất và chất lượng nước tinh khiết nhất trên thế giới, mà còn là nơi có những thắng cảnh thiên nhiên và cảnh quan tuyệt vời.

Là một bang hải đảo, Tasmania trải qua bốn mùa rõ rệt và khí hậu ôn hòa - nhiệt độ không quá nóng hoặc lạnh buốt. Chi phí sinh hoạt tại các thành phố của Tasmania cũng thấp hơn đáng kể so với nhiều thành phố khác ở Australia.

## NÂNG CAO CHẤT LƯỢNG GIẢNG DẠY VÀ CƠ HỘI CHUẨN HOÁ ĐỘI NGŨ GIÁO VIÊN

**Sự hợp tác giữa trường Nguyễn Siêu và Học viện TES Institute**

Buổi giới thiệu chương trình đào tạo giáo viên cấp chứng chỉ nghiệp vụ sư phạm Quốc tế IPGCE và Thạc sĩ phương pháp giảng dạy (MA in Education with Pedagogy).

16h00 - Thứ Tư ngày 14/12 tại trường Nguyễn Siêu

Ngày 14/12/2022, trường Nguyễn Siêu tiếp đón đại diện từ Học viện TES Institute đến chia sẻ về chương trình đào tạo giảng viên cấp chứng chỉ iPGCE và MA in Education. Đây là cơ hội để "chuẩn hóa" đội ngũ giáo viên không chỉ của trường Nguyễn Siêu mà của thành phố Hà Nội.

# MEET THE TEAM!



Vậy là sau nhiều vòng tranh cử khốc liệt, các thành viên Ban Lãnh đạo Hội đồng Học sinh (Student Council Leaders) đã được chọn ra.

- Phạm Khánh Linh - Chủ tịch HĐHS
- Nguyễn Duy Bảo - Phó Chủ tịch HĐHS
- Phạm Lê Châu Anh - Thư ký HĐHS
- Tạ Ngọc Quỳnh Anh - Thủ quỹ HĐHS

Đây là những gương mặt sẽ đại diện cho Hội Đồng Học Sinh, và sẽ là tiếng nói của toàn thể các NSers!



Trong tháng 12, sự hiện diện đầu tiên của Chủ tịch và Phó Chủ tịch Hội đồng Học sinh là trong buổi lễ ký kết ghi nhớ hợp tác với trường Đại học Regina (Canada) và nhận học bổng trị giá 65 ngàn AUD. Hãy đón chờ những hoạt động tiếp theo của Hội đồng Học sinh nhé!

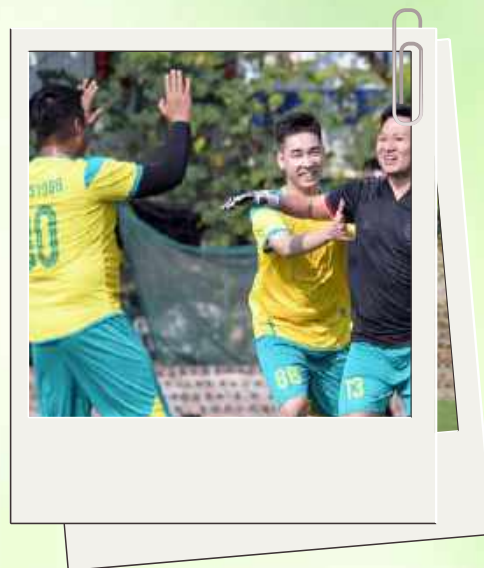


# GIẢI BÓNG ĐÁ CỰU HỌC SINH NGUYỄN SIÊU

Diễn ra trong không khí đầy hào hứng với trận chung kết giữa khóa sinh năm 1988 với khóa liên quân sinh năm 2003+2004 vào sáng ngày 25/12/2022, giải bóng đá mini đặc biệt này có kết quả như sau:

- Đội vô địch: khóa sinh năm 1988
- Đội đạt HCB: khóa sinh năm 2003+2004
- Đội đạt HCD: khóa sinh năm 1985+1986 và CLB bóng đá giáo viên Nguyễn Siêu.

Lễ trao giải sẽ diễn ra vào 10h30 thứ Bảy - 14/01/2023 (trong khuôn khổ ngày Hội văn hóa Nguyễn Siêu).



Đón Xuân sớm

# @ NGÀY HỘI VĂN HOÁ VÀ HỘI CHỢ

30 năm Nguyễn Siêu

Thứ Bảy, ngày 14/1/2023 (tức 23 tháng Chạp), từ 7h-11h30, toàn trường Nguyễn Siêu gồm các thầy cô giáo, cán bộ, nhân viên, học sinh, cha mẹ học sinh, cựu học sinh trong sắc phục Tết truyền thống các dân tộc, các quốc gia sẽ cùng tham gia vào một sự kiện lớn ngay trước thềm Tết Nguyên đán Quý Mão. Đó là NGÀY HỘI VĂN HOÁ VÀ HỘI CHỢ 30 NĂM NGUYỄN SIÊU.

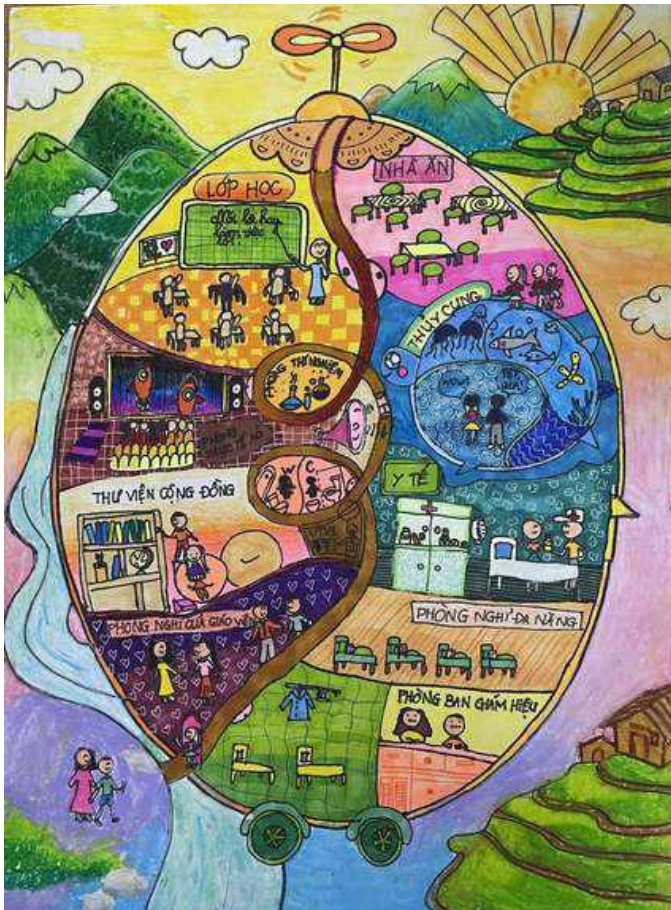


Sự kiện đặc biệt 30 năm có một này hứa hẹn hấp dẫn, rực rỡ, rộn vang những thanh âm, sắc màu lễ hội. Bên cạnh những trải nghiệm thực tế, sáng tạo về văn hoá, học thuật, kĩ năng,... sự kiện này tiếp tục thắp lên trong mỗi người Nguyễn Siêu ngọn lửa ấm áp của tình yêu thương, của truyền thống san sẻ, đùm bọc. Toàn bộ số tiền thu được từ Ngày hội và Hội chợ sẽ được gửi tới quỹ Ước mơ xanh, dành cho các hoạt động thiện nguyện của trường.

Với ý nghĩa tốt lành và nỗ lực mang tới những nội dung truyền cảm hứng, Ban Tổ chức rất mong nhận được sự ủng hộ, tham gia nhiệt tình từ các gia đình học sinh, các thế hệ học sinh, cán bộ, giáo viên và nhân viên toàn trường.

THỜI GIAN	HOẠT ĐỘNG	ĐỊA ĐIỂM
7h00 - 8h00	Chuẩn bị gian hàng, ổn định tổ chức	
8h00 - 8h45	<b>KHAI MẠC</b> + Trình diễn trang phục "xanh" của 54 dân tộc Việt Nam (K2, 3) + Khai hòm từ thiện	Sân khấu chính
8h45 - 11h15 	<ul style="list-style-type: none"><li>Gian hàng Truyền thống Việt, sản phẩm lưu niệm các nước, sản phẩm kỷ niệm 30 năm</li><li>Gian hàng Ẩm thực Việt Nam và thế giới</li><li>Gian hàng Trò chơi truyền thống</li><li>Gian hàng của cựu học sinh, chi đoàn GV</li><li>Âm nhạc đường phố</li><li>Hoạt động trải nghiệm Travel &amp; Tourism: Nặn tò he, tô tượng, viết câu đối, làm đồ chơi; Ẩm thực</li><li>Hoạt động từ thiện - gian hàng Đấu giá</li><li>Chung kết Bóng rổ các thế hệ học sinh Nguyễn Siêu</li></ul>	Sân trường Tầng G + Tầng 1 nhà H Sân khấu chính Sân nhà E Phòng Khởi nghiệp - Canteen Sân bóng rổ





Tác phẩm tham dự cuộc thi vẽ tranh "Ý tưởng trẻ thơ"



Chiếc xe ô tô mơ ước - một trong những bài kiểm tra Học kỳ I môn Mỹ thuật của NSers



# Làm thế nào để cải thiện sức khỏe não bộ?



## Hoạt động cơ thể 30 phút mỗi ngày



Tập thể dục giúp cải thiện tâm trạng của chúng mình, cải thiện sự tập trung và thúc đẩy sự phát triển của các tế bào não mới. Điều này rất quan trọng trong việc cải thiện chức năng nhận thức, bao gồm khả năng suy nghĩ, xử lý thông tin và ghi nhớ công việc.

## Thử thách, tập luyện não

Bộ não của bạn không bị trì trệ! Bằng cách liên tục thách thức bộ não của bạn với các nhiệm vụ mới, các hoạt động mới cho quá trình "luyện tập nhận thức" của bạn! Ví dụ: Ví dụ học ngoại ngữ, luyện tập một nhạc cụ mới, vẽ tranh, giải câu đố hoặc "câu đố trí não"



## Dành thời gian kết nối người thân, bạn bè

Con người có nhu cầu cơ bản để kết nối và gắn gũi. Việc có đời sống xã hội tốt và mối quan hệ với người thân mang lại cho chúng mình sức mạnh và mục đích. Nó yêu cầu chúng mình xử lý thông tin trong não để chúng mình có thể phản ứng một cách hợp lý bằng cách sử dụng trí tuệ cảm xúc và nhận thức xã hội.

## Ăn uống dinh dưỡng

Dinh dưỡng cho não là phần quan trọng trong việc cấu thành các chức năng não bộ. Não bộ hấp thụ khoảng 20% chất dinh dưỡng bạn dung nạp vào cơ thể. Lựa chọn những thực phẩm lành mạnh, ưu tiên các loại rau xanh, trái cây, chất béo tốt từ dầu thực vật, thay đổi khẩu vị từ thịt bằng cá, bổ sung thêm các dưỡng chất và vitamin cần thiết. Đầu tư vào dinh dưỡng chính là bạn đang đầu tư cho não bộ của mình.

## Ngủ đủ giấc

Một cách quan trọng để giữ cho bộ não mình hoạt động tốt là tắt nó từ 7 đến 9 tiếng mỗi tối. Ngủ là việc quan trọng nhất bạn có thể làm để thiết lập lại bộ não, cho phép nó chữa lành và phục hồi sức khỏe tâm thần. Những giấc ngủ lành mạnh là rất quan trọng đối với "sự linh hoạt của trí não", hoặc khả năng thích ứng của não với những thông tin vào.



POSITIVE VIBES

## Tiếp xúc những điều tích cực

Hãy tạm dừng một phút và suy nghĩ về những điều bạn tiếp nhận hằng ngày. Thường xuyên tiếp xúc với những tin tức tiêu cực có thể ảnh hưởng tới suy nghĩ của chúng ta thông qua các cơ chế. Ví dụ, nó có thể khiến chúng ta tập trung quá nhiều vào những điều sai trái và bỏ qua những điều tích cực đang xảy ra xung quanh chúng ta. Suy nghĩ tích cực, tế bào não tăng trưởng và linh hoạt hơn.



## Đọc sách

Đọc sách là cách rèn luyện tốt nhất cho sự phát triển của não. Đọc sách giúp bạn tích lũy kiến thức và thư giãn tuyệt vời. Khi bạn đọc các vùng thần kinh trong não được kích thích, sự tò mò được khơi gợi và tâm trí được mở rộng. Thói quen đọc sách còn luyện cho trí não phát huy sức tưởng tượng và cải thiện khả năng sáng tạo, cho bạn cảm giác trải nghiệm những điều được viết trong sách. Đọc càng nhiều, bạn càng dễ dàng hình dung mọi thứ bằng sự tưởng tượng.



# Tips chăm sóc tinh thần, đón chào năm mới



Tuần cuối cùng của năm 2022 là dịp chúng mình thường nhìn lại một năm cũ đã qua và đặt ra mục tiêu cho năm sắp tới. Sẽ có nhiều bạn vui vẻ xếp lại năm cũ với những thành tựu đã đạt được, nhưng cũng có nhiều bạn đang khó khăn vì những thử thách chưa thể vượt qua. Đừng lo lắng, sau cơn mưa trời lại sáng!

Hãy tin tưởng vào cảm xúc của mình, tập trung vào những điều bạn có thể kiểm soát và sống trong hiện tại! Một vài ngày cuối năm, hy vọng chúng mình sẽ trải qua những ngày đông theo cách mình mong muốn nhất. Sau đây là một vài tips nhỏ mà các thầy cô chuyên viên Tâm lý học đường chia sẻ để có được tinh thần thoải mái đón chào năm mới!

## Hãy nghỉ ngơi, sạc lại năng lượng

Các bạn vừa trải qua kỳ thi học kỳ căng thẳng để đánh dấu học kỳ 1. Đây sẽ là khoảng thời gian cho phép chúng mình nghỉ ngơi, tiếp thêm năng lượng để đến với mục tiêu năm học tiếp theo. Hãy ra ngoài đi dạo, hay dành cho mình một ngày tắt các thiết bị điện tử để bên cạnh bạn bè. Hãy nghỉ ngơi theo cách bạn thích thú mà tái tạo được nhiều năng lượng cho mình.

## Chúc mừng tiến bộ bản thân

Hãy ghi lại những điều mình đã thay đổi tích cực để thấy bản thân mình đang tiến bộ ra sao. Chỉ khi nhìn lại những gì mình đã làm được hay chưa thì chúng mình mới ghi nhận được sự cố gắng của bản thân.

## Làm điều mình thích bên người thân

Ngày nghỉ cuối năm là khoảng thời gian để chúng ta ở bên gia đình, bên những người thân yêu nhiều hơn. Xem bộ phim mình yêu hay chơi thể thao cùng người thân là một số gợi ý trong ngày nghỉ này.

## Viết ra những điều mình biết ơn

Biết ơn khiến mình thấy hạnh phúc. Dành thời gian viết ra những điều mà cuộc sống, mọi người dạy dỗ, nâng đỡ chúng mình trong năm qua là cách chúng mình thấy được những điều mình đã đón nhận. Từ đó chúng mình biết cách trao đi để học cách nhận về.

## Tặng bản thân một món quà

Một năm qua chúng mình đã trải qua rất nhiều điều. Hãy dành thời gian này chăm sóc sức khỏe tinh thần bằng cách tự tặng bản thân một món quà. Món quà đó có thể là nhiều điều mình luôn mong ước trong năm như sách, truyện, đĩa phim hay cũng có thể là món quà tinh thần từ ai đó.

Cuối cùng, giờ nghỉ lại, một năm cũ cũng đã chuẩn bị rút vào vùng ký ức. Cái vui, cái hy vọng, cái đẹp của năm mới thì cận kề. Chúc các bạn Nser luôn biết cách chăm sóc sức khỏe tinh thần để bước vào những năm tháng tiếp theo thật nhẹ nhàng, thoải mái.

#NSPHow #NguyenSieuPsychology





# LỊCH THÁNG 12/2022 - THÁNG 1/ 2023

## Hội Nhập

12/2022

KIỂM TRA HỌC KỲ I  
ENGLISH FESTIVAL

TRẠI ĐỒNG KỸ NĂNG SINH TỒN TẠI SINGAPORE

GIÁO LƯU VỚI HỌC SINH NHẬT BẢN TẠI NGUYỄN SIÊU (THƯỜNG NIÊN)

## Ấm áp mùa xuân Lan tỏa yêu thương

01/2023

SƠ KẾT HỌC KỲ I, TƯ VẤN CUỐI KỲ I

BẮT ĐẦU HỌC KỲ II (16/1)

NGÀY HỘI VĂN HÓA VÀ HỘI CHỢ ẤM ÁP MÙA XUÂN (THƯỜNG NIÊN)

NGHỈ TẾT QUÝ MÃO

S	M	T	W	T	F	S
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

S	M	T	W	T	F	S
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

### Mùa Tựu Trường

9/2022

TRẠI ĐỒNG NĂM HỌC MỚI  
KỶ NIỆM NGÀY THÀNH LẬP TRƯỜNG (17/9)  
THỰC HIỆN HẸP NGUYỄN SIÊU  
TRÊN KHAI KẾ HOẠCH HỌC TẬP CHO HỌC SINH

S	M	T	W	T	F	S
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	

### Ấm áp mùa xuân Lan tỏa yêu thương

02/2023

CHÀO MỪNG NGÀY THÀNH LẬP ĐẢNG CÔNG SẢN VIỆT NAM  
ĐẠI HỘI CÔNG ĐOÀN

S	M	T	W	T	F	S
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28			

### Gắn kết yêu thương

10/2022

NGÀY HỘI GẮN KẾT YÊU THƯƠNG THESIS WRITING  
KIỂM TRA GIỮA HỌC KỲ I  
ĐẠI HỘI LIÊN ĐỘI - ĐẠI HỘI CÔNG AN  
GIÁO LƯU HỌC SINH NGUYỄN SIÊU TẠI SINGAPORE

S	M	T	W	T	F	S
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

KIỂM TRA GIỮA HỌC KỲ I  
KIỂM TRA CUỐI HỌC KỲ I  
NGÀY HỘI VĂN HÓA VÀ HỘI CHỢ ẤM ÁP MÙA XUÂN (THƯỜNG NIÊN)  
GIÁO LƯU HỌC SINH NGUYỄN SIÊU TẠI SINGAPORE

S	M	T	W	T	F	S
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

### Hội Nhập

12/2022

KIỂM TRA HỌC KỲ I  
ENGLISH FESTIVAL  
TRẠI ĐỒNG KỸ NĂNG SINH TỒN TẠI SINGAPORE  
TRÊN KHAI KẾ HOẠCH HỌC TẬP CHO HỌC SINH NHẬT BẢN TẠI NGUYỄN SIÊU (THƯỜNG NIÊN)

S	M	T	W	T	F	S
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

### Ấm áp mùa xuân Lan tỏa yêu thương

01/2023

SƠ KẾT HỌC KỲ I, TƯ VẤN CUỐI KỲ I  
BẮT ĐẦU HỌC KỲ II (16/1)  
NGÀY HỘI VĂN HÓA VÀ HỘI CHỢ ẤM ÁP MÙA XUÂN (THƯỜNG NIÊN)  
NGHỈ TẾT QUÝ MÃO

S	M	T	W	T	F	S
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

Tiên phong mở lối  
dẫn bước tương lai  
Leading into  
the Future

DỰ KIẾN LỊCH NGHỈ CÁC NGÀY LỄ/TẾT

CÁC NGÀY KIỂM TRA ĐỊNH KỲ  
(KIỂM TRA GIỮA KỲ/CUỐI KỲ)

NGÀY BẮT ĐẦU/KẾT THÚC NĂM HỌC

Tiên phong mở lối  
dẫn bước tương lai  
Leading into  
the Future

DỰ KIẾN LỊCH NGHỈ CÁC NGÀY LỄ/TẾT

CÁC NGÀY KIỂM TRA ĐỊNH KỲ  
(KIỂM TRA GIỮA KỲ/CUỐI KỲ)

NGÀY BẮT ĐẦU/KẾT THÚC NĂM HỌC