



# International School Ho Chi Minh City

24/6 - 26/7

## TRẠI HÈ KỸ NĂNG SỐNG 2024

Nhận đăng ký cho tất cả học sinh (5 - 15 tuổi)



**CAMP  
CA  
ASIA**  
ACTION & FUN FOR EVERYONE

Được hỗ trợ bởi

**INSPIRE  
EDUCAMPS**



[info@inspireeducamps.org](mailto:info@inspireeducamps.org)



[www.inspireeducamps.org](http://www.inspireeducamps.org)

Trường ISHCMC cơ sở 2 | 1 Xuân Thủy | Thảo Điền | Tp.Thủ Đức | Tp.HCM

# Nội dung Chương trình

Trại hè Kỹ năng sống 2024 của Inspire Educamps mang đến cho các em học sinh một hành trình nâng cao nội lực trong năm tuần, truyền thụ cho các em những kỹ năng sống thiết yếu vượt ra ngoài khuôn khổ giáo dục truyền thống. Trại hè tích hợp khéo léo các chủ đề như năng lực số, trí tuệ cảm xúc và các kỹ năng sống thực tế bao gồm kiến thức tài chính và quản lý thời gian, đồng thời trau dồi cho các em tư duy phản biện và hiểu biết sâu sắc về kinh doanh. Trọng tâm của Chương trình là phần Giáo dục năng lực cảm xúc - xã hội (SEL) toàn diện, giúp các em nâng cao khả năng nhận thức về bản thân, phục hồi tâm lý, đồng cảm và ra quyết định có trách nhiệm.

Phong phú với nhiều hoạt động bao gồm thể thao, trò chơi đồng đội, nấu ăn, nghệ thuật & thủ công và các dự án sáng tạo, Trại hè không chỉ chuẩn bị cho trẻ hành trang trước những thử thách trong tương lai, mà còn khơi dậy niềm đam mê học hỏi và phát triển bản thân suốt đời, nuôi dưỡng tư duy phát triển.

Chương trình SEL của Inspire Educamps thúc đẩy sự phát triển toàn diện của trẻ. Chương trình nhắm vào năm lĩnh vực chính trong năm tuần với mục đích nâng cao toàn diện các kỹ năng SEL, làm phong phú thêm hành trình học tập của trẻ.



**Nhận thức về bản thân:** khám phá các cảm xúc, điểm mạnh, sự tự tin, giá trị và chánh niệm.

**Quản lý bản thân:** bao gồm kiểm soát sự bốc đồng, xử lý căng thẳng, tổ chức, thiết lập mục tiêu, và phục hồi tâm lý.

**Nhận thức xã hội:** dạy về sự đồng cảm, sự đa dạng, sự tham gia của cộng đồng, tín hiệu xã hội và ý thức toàn cầu.

**Các kỹ năng xây dựng mối quan hệ:** nêu bật các kỹ năng giao tiếp, làm việc nhóm, giải quyết xung đột và đồng cảm trong mối quan hệ.

**Ra quyết định có trách nhiệm:** bao gồm phân tích tình huống, cân nhắc về đạo đức, giải quyết vấn đề và suy ngẫm về quyết định.

## Kỹ thuật số

Thời gian sử dụng thiết bị, năng lực số, sự an toàn trực tuyến, nhận thức về bắt nạt trên mạng cũng như ảnh hưởng của mạng xã hội. Các hoạt động bao gồm từ tìm hiểu kiến thức cơ bản về Internet và kể chuyện về sự an toàn trực tuyến cho đến quản lý dấu chân điện tử và đạo đức trên mạng xã hội.

Độ tuổi 5 - 7: Kiến thức cơ bản về Internet, kể chuyện về sự an toàn trực tuyến, các trò chơi tương tác, và bài học về lòng tốt và sự tôn trọng trong tương tác kỹ thuật số.

Độ tuổi 6 - 11: Sử dụng Internet có trách nhiệm, duyệt web an toàn, hiểu biết về quyền riêng tư, nhận thức về bắt nạt trên mạng và thúc đẩy các hành vi tích cực trên mạng xã hội.

Độ tuổi 12 - 15: Quản lý dấu chân điện tử, đánh giá nghiêm túc thông tin trực tuyến, hiểu biết về phép ứng xử trên môi trường số, đạo đức trên mạng xã hội và các chiến lược đối phó với bắt nạt trên mạng.

## Tuần 1

(24 - 28/6)



## CẢM XÚC

Tư duy, nhận thức về sức khỏe tinh thần, khả năng phục hồi tâm lý trong chánh niệm và các kỹ năng ứng phó. Học sinh tham gia vào các hoạt động như chánh niệm, thể hiện cảm xúc thông qua nghệ thuật, nhận diện cảm xúc, bài tập giảm căng thẳng và học các chiến lược ứng phó khác nhau.

Độ tuổi 5 - 7: Các hoạt động chánh niệm, thể hiện cảm xúc thông qua nghệ thuật và kỹ thuật thư giãn.

Độ tuổi 8 - 11: Nhận diện cảm xúc, các bài tập giảm căng thẳng, các kỹ năng giải quyết vấn đề và thảo luận về những thách thức chung.

Độ tuổi 12 - 15: Nhấn mạnh vào sức khỏe tinh thần, phát triển khả năng phục hồi tâm lý, hiểu biết về sự căng thẳng và lo lắng, cũng như học các chiến lược ứng phó khác nhau.

## Tuần 2

(01/7 - 05/7)



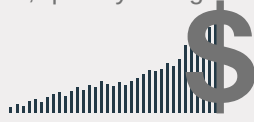
## NÂNG CẤP

Nhấn mạnh các kỹ năng sống, kiến thức thực tế và mẹo vặt trong cuộc sống. Học về các kỹ năng tổ chức cơ bản, khái niệm tài chính, kỹ thuật quản lý thời gian và quản lý dự án cá nhân.

Độ tuổi 5 - 7: Vừa chơi vừa học các kỹ năng tổ chức cơ bản và khái niệm tài chính.

Độ tuổi 8 - 11: Hiểu biết về tài chính và các kỹ thuật quản lý thời gian.

Độ tuổi 12 - 15: Các khái niệm tài chính, quản lý thời gian và quản lý dự án cá nhân để đạt mục tiêu.



## Tuần 3

(08 - 12/7)



## KHÔNG VẤN ĐỀ GÌ

Chuyên về tư duy phản biện và giải quyết vấn đề, tuần này bao gồm các hoạt động như tư duy logic thông qua câu đố và trò chơi, đồ vui rèn luyện trí não, tìm hiểu về phương pháp khoa học, và học tập dựa trên dự án.

Độ tuổi 5 - 7: Tư duy logic thông qua câu đố và trò chơi, kỹ năng ra quyết định cơ bản, và giới thiệu về chiến lược.

Độ tuổi 8 - 11: Đồ vui rèn luyện trí não, giới thiệu về phương pháp khoa học, và các thách thức giải quyết vấn đề theo nhóm.

Độ tuổi 12 - 15: Câu đố nâng cao, phân tích nghiêm túc phương tiện truyền thông, các kịch bản giải quyết vấn đề chuyên sâu, và học tập dựa trên dự án.

## Tuần 4

(15 - 19/7)



## EM TẬP KINH DOANH

Tập trung vào tinh thần lập nghiệp với sự nhấn mạnh đặc biệt vào công ty khởi nghiệp. Tuần này giới thiệu về các khái niệm lập nghiệp cơ bản, tìm hiểu việc lập kế hoạch kinh doanh, phân tích thị trường và trình bày ý tưởng kinh doanh.

Độ tuổi 5 - 7: Vừa chơi vừa học các khái niệm lập nghiệp cơ bản, hiểu biết về việc tạo ra và bán các sản phẩm hoặc dịch vụ.

Độ tuổi 8 - 11: Tìm hiểu tinh thần lập nghiệp với các hoạt động dựa trên dự án, kiến thức cơ bản về điều hành doanh nghiệp và giới thiệu về nghiên cứu thị trường với trọng tâm là văn hóa khởi nghiệp.

Độ tuổi 12 - 15: Tìm hiểu sâu về tinh thần lập nghiệp, xây dựng kế hoạch kinh doanh, phân tích thị trường và trình bày ý tưởng kinh doanh với sự nhấn mạnh vào các phương pháp khởi nghiệp và sự đổi mới.

## Tuần 5

(22 - 26/7)



## Triển lãm Kỹ năng sống

Vào ngày cuối cùng của Trại hè, các em học sinh sẽ tổ chức một cuộc triển lãm, nơi các em giao lưu với các phụ huynh để thể hiện tư duy phát triển và chia sẻ về hành trình phát triển bản thân của mình trong suốt mùa hè qua!

**Kính mời:** Các Bậc Phụ Huynh  
**Ngày:** Thứ Sáu, ngày 26/7  
**Thời gian:** 14:00  
**Địa điểm:** Trường ISHCMC cơ sở 2

S

Hãy đặt iPad, di động xuống, tắt TV đi! Trẻ sẽ năng động hơn trong các môn thể thao và trò chơi đồng đội hàng ngày! Những hoạt động này nuôi dưỡng kỹ năng vận động, sự tự tin và niềm đam mê chơi đùa tích cực, hợp tác của trẻ.

A

Các buổi hoạt động là các hoạt động dựa trên nghệ thuật & thủ công, gắn liền với từng chủ đề hàng tuần. Sử dụng các kỹ thuật và vật liệu phù hợp với lứa tuổi, trẻ sẽ tham gia vào các hoạt động được thiết kế để thử thách những kỹ năng tư duy sáng tạo của mình.

TB

Các hoạt động đồng đội tập trung vào việc thúc đẩy sự tự tin và phát triển cá nhân. Các em được khuyến khích tìm hiểu giá trị thực sự của việc hợp tác trong các hoạt động nhằm đạt được mục tiêu chung thông qua sức mạnh tập thể.

LS

Mùa hè này, các buổi học Kỹ năng sống của chúng tôi tập trung vào các Giá trị cốt lõi. Chúng tôi hướng đến việc truyền thụ các nguyên tắc chính như đồng cảm, tôn trọng, có trách nhiệm, chính trực và kiên trì. Các hội thảo hấp dẫn sẽ giúp trau dồi những đức tính này, hỗ trợ trẻ sống theo những giá trị này trong cuộc sống thường ngày để có một hành trình trưởng thành ý nghĩa.

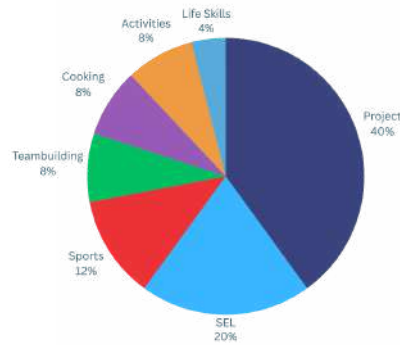
C

Nấu ăn là một kỹ năng đầy giá trị và đầy niềm vui! Các em sẽ được học hỏi nhiều cách nấu nướng và phong cách nấu ăn, đồng thời tìm hiểu thêm về các nguyên liệu làm nên các món ăn, từ món mặn đến món ngọt.

## THỜI KHÓA BIỂU THAM KHẢO

	MON	TUE	WED	THUR	FRI
08.30 - 09.30	Weekly Project	Weekly Project	Weekly Project	Team Building	SEL
Break					
10:00 - 11:00	Sports	Weekly Project	Weekly Project	Activities	Weekly Project
11:00 - 12:00	Activities	Team Building	Sports	Weekly Project	Sports
Lunch					
12:45 - 13:45	SEL	Cooking	SEL	Cooking	Weekly Project
Break					
14:00 - 15:00	Weekly Project	SEL	Weekly Project	SEL	Life Skills

Thứ Hai đến thứ Sáu  
8:30 đến 15:00



## HỌC PHÍ

**GIẢM GIÁ 10%**

(Đăng ký & thanh toán trước 15/3)

**HỌC PHÍ THƯỜNG**

2 tuần	20.025.000	22.250.000
3 tuần	28.035.000	31.150.000
4 tuần	36.045.000	40.045.000
5 tuần	40.050.000	44.500.000

**Học phí bao gồm:**

Bữa trưa - Bữa xế - Tài nguyên học tập - Chứng chỉ hoàn thành

**Xe buýt của trường:** Đăng ký & thanh toán trực tuyến

**Đăng ký gia hạn:** Học phí cố định 11.125.000 mỗi tuần

(CHỈ nhận thanh toán bằng thẻ tín dụng)



**Đăng ký tại đây**

