



**A journey
through
Year 11**

- Year 11 is a vital stage in the British education system as it culminates in the IGCSE examinations.

Year

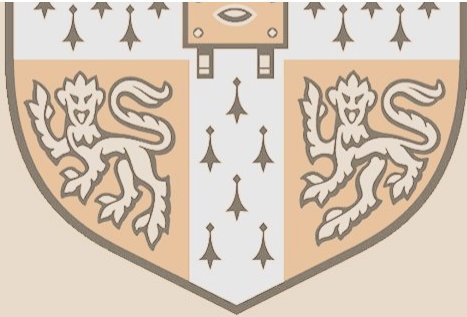


- Students study their subjects of choice alongside the compulsory subjects of English, Mathematics, and Science.
- Allows students to tailor their education to their interests and provides them with a solid foundation for further study.

What is Year 11?

- An internationally recognised qualification based on the British education system.
- Helps to **nurture** students' academic, personal, and emotional development.

- Challenge students' time-management skills, supports their independence with learning, requires them to develop effective study skills.
- This all results in a more mature, well-rounded learner.



What makes the IGCSE qualification valuable?



**Study leave begins 18th April.
168 days (holidays & weekends).
21 school weeks.**

Revision is being followed.

**Mid-Year examinations.
Reflection. Revision timetable.**

**October - Term 1 report.
Reflection and goal setting.**

**Reflection and goal setting.
Student leadership & ECA
opportunities.**

What is it? Why is it important?



Reflection

- Reflection on prior learning and the setting of personal and academic goals for the end of Year 11.
- It encourages students to:
 - consider their **current** level of understanding.
 - seek **feedback** and opportunities to learn.
 - create smaller steps to achieve a bigger goal, with knowledge of **their approach to study** in mind.
 - **monitor** their progress between and adjust their learning.

Student leadership & ECA opportunities

- Part of the community and they have a say.
- Form and build on relationships with others.
- Develop a range of skills that are crucial for success at university and beyond.

What is it? Why is it important?



Term 1 Report.

- Students understand how they are progressing through their courses.
- Students **reflect** on their learning and make changes if necessary.

Reflection and goal setting.

- Returning to goals set in Term 1:
 - *Have they followed the steps they said they'd take? How did they help?*
 - *Do they need to modify their plan before the mid-year-exams?*
- Reflection is the most important part of the learning process. It is how we learn what we know and **what we need to learn**.

What is it? Why is it important?



Mid-Year examinations.

- 1st - 12th December
- A busy, high-pressured time for Year 11
- Pause after-school academic classes.
- Find a balance between preparing for the exams and non-academic activities.

Reflection.

- Use knowledge gained from the mid-year examinations to create a **revision timetable**.

Revision timetable.

- Focus on the topics that need the most attention and are challenging, as **shown by the results**.

What is it? Why is it important?



Revision timetable.

- Organised students are often successful students.
- December - students to **start revising** in preparation for the June exams.
- Revision should be built into the weekly routine early so doesn't become overwhelming.
- Start revising *early*.
- Ask subject teachers for support *early*.

What is it? Why is it important?



18th April. 21 school weeks.

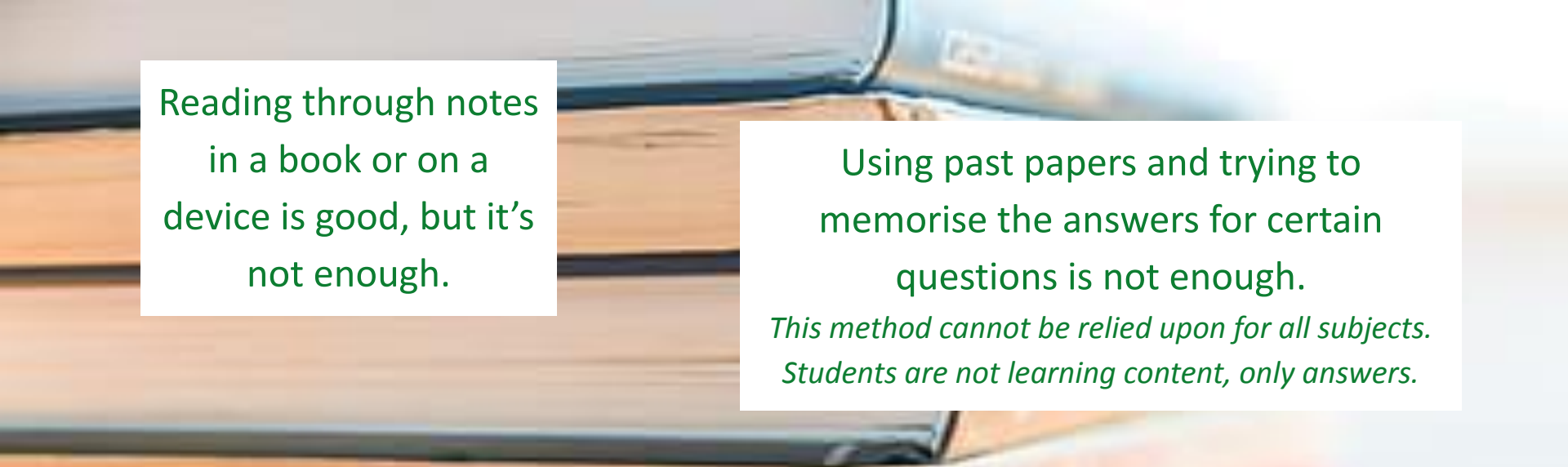
- The IGCSE examinations are marked externally.
- Dates for the examinations are fixed externally.
- Examination dates cannot be changed by The ABCIS.

Study leave

- Students will feel pressured by the challenge of the exams.
- Students will be preparing for their exams from home.
- Students ought to arrange any revision support required before the April break.
- If they need to, they should email teachers for support.
- Revision sessions might be available in some subject areas - this information will be shared closer to the time.
- Some exams might be scheduled during the April break.

Results will be available around the week beginning **11th August 2025.**



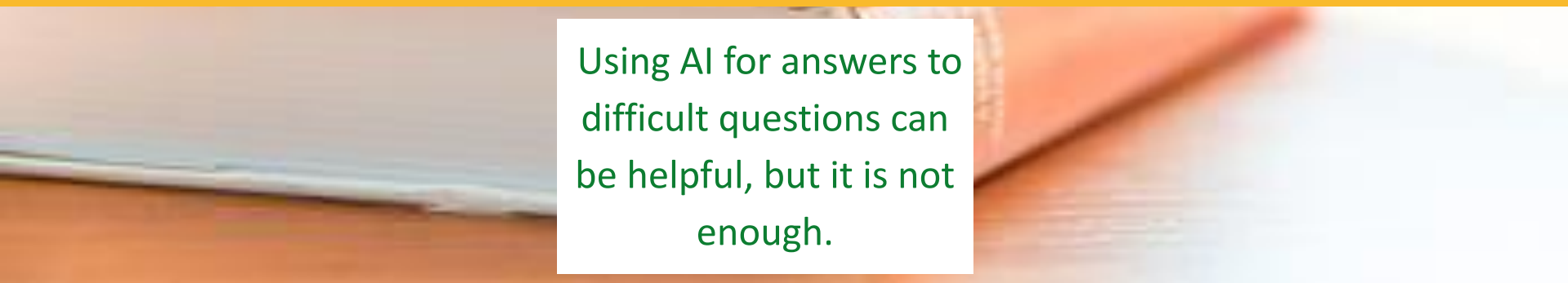


Reading through notes
in a book or on a
device is good, but it's
not enough.

Using past papers and trying to
memorise the answers for certain
questions is not enough.

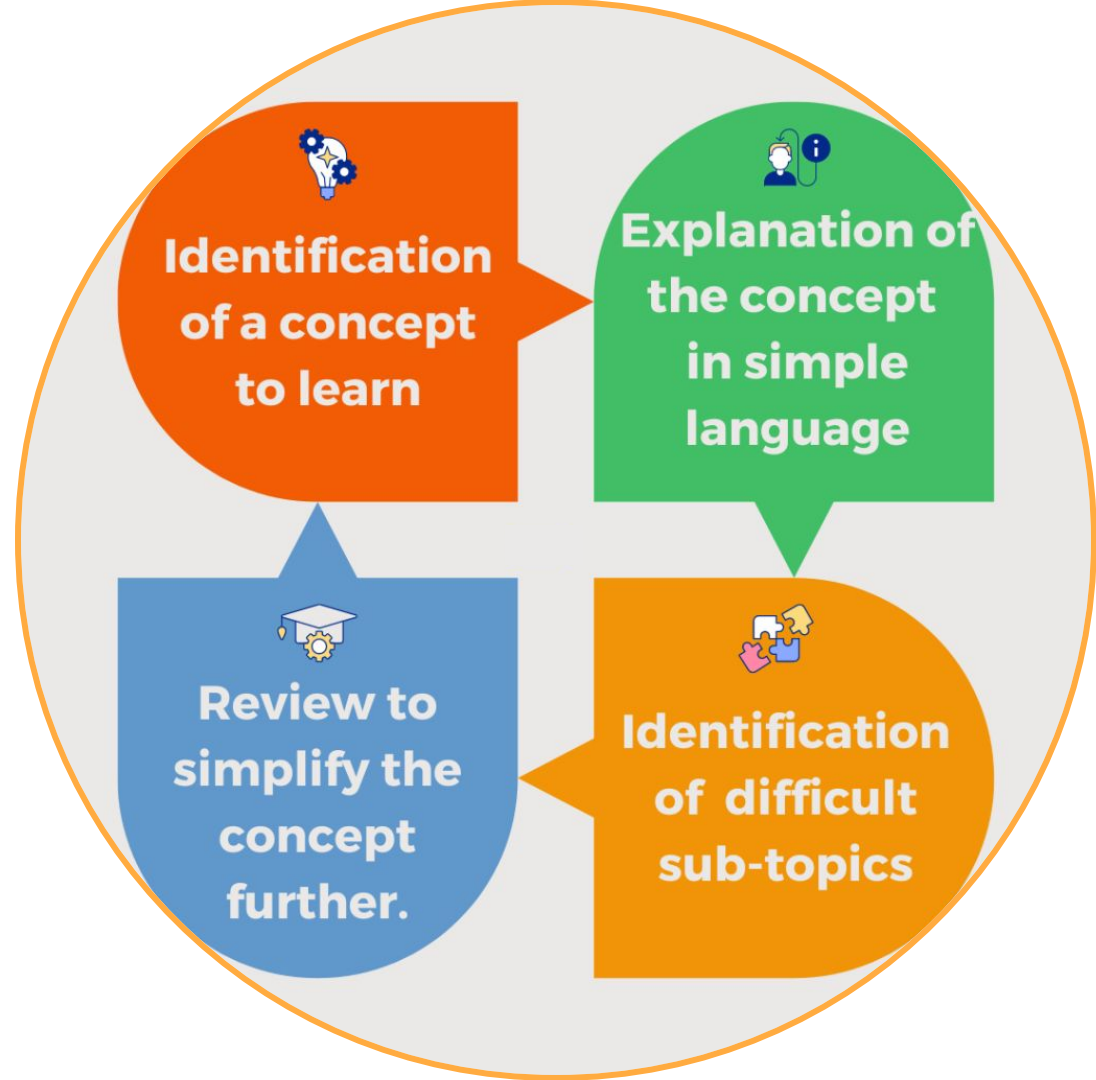
*This method cannot be relied upon for all subjects.
Students are not learning content, only answers.*

Effective ways to study and learn.



Using AI for answers to
difficult questions can
be helpful, but it is not
enough.

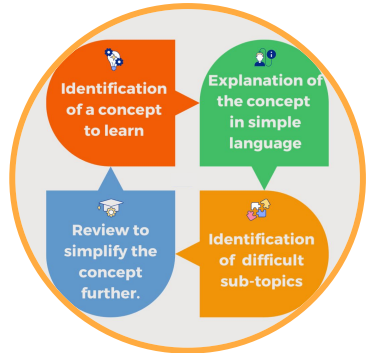
Richard Feynman a Nobel laureate in Physics created 'Feynman's learning technique'. This learning technique can be applied universally, irrespective of the subject.



Feynman's technique and the act of writing

The act of **writing** aids **reflection** and **learning**.

- Clear writing gives confused ideas nowhere to hide.
- If something is confusing it will be spotted when writing and talking it through.



<https://www.youtube.com/watch?v=tkm0TNFzleg>

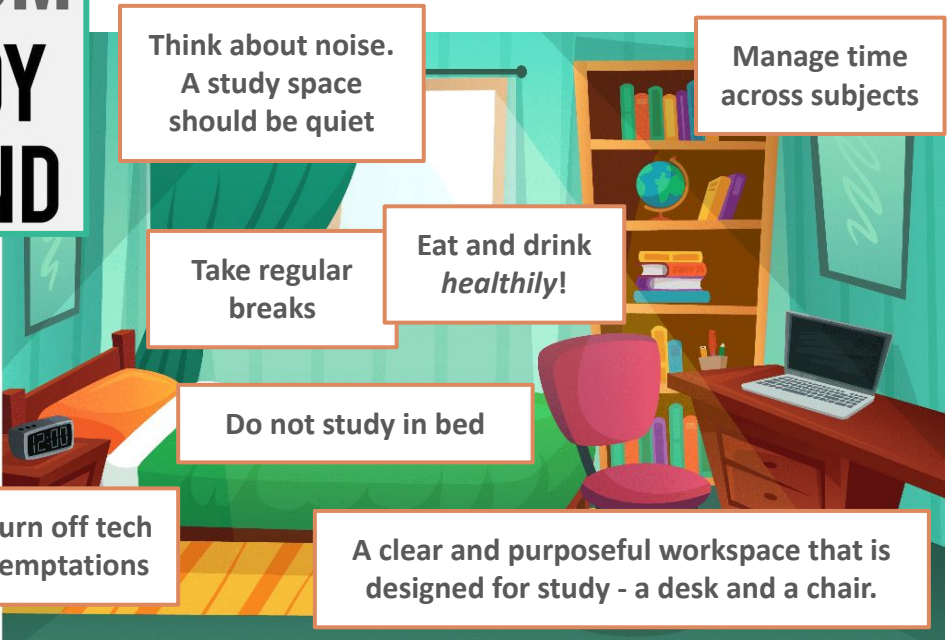
Supporting at home

- An ordered environment
- Minimal distractions
- Use recommended revision methods, rather than 'personal preference', e.g. pen and paper for *writing notes*, not just reading through a book.



**TIDY
ROOM
TIDY
MIND**

- Interleave study to support flexible thinking: *mix subjects within study sessions, e.g. History, then Chemistry, and then English Literature. This helps reduce boredom and promote engagement with the material.*
- Think about the whole process: sleep, hydration, diet and exercise make a difference.



Think about noise.
A study space
should be quiet

Manage time
across subjects

Take regular
breaks

Eat and drink
healthily!

Do not study in bed

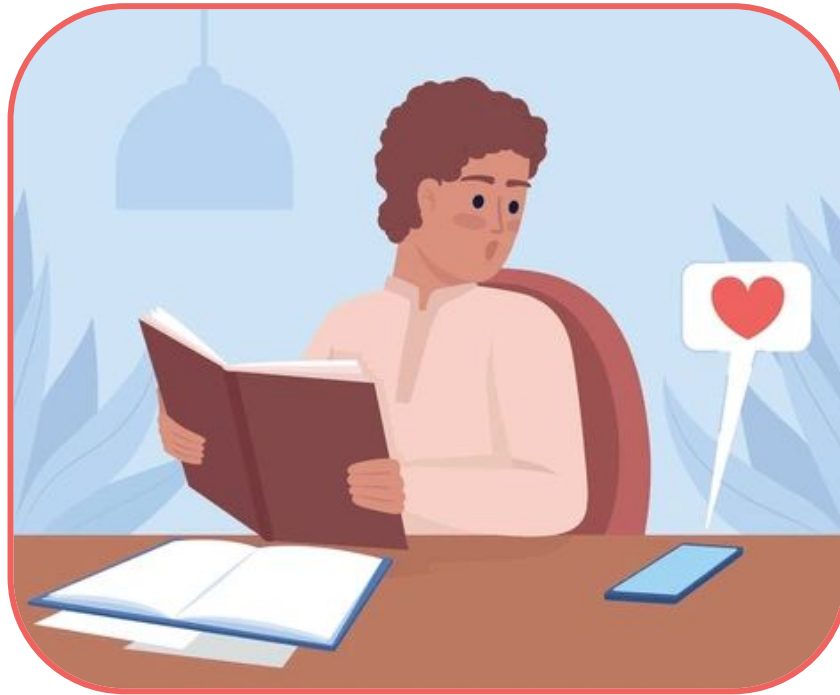
Turn off tech
temptations

A clear and purposeful workspace that is
designed for study - a desk and a chair.

Turn off tech temptations

A few small steps to support good sleep.

- A clear sleep routine.
- At least 8 - 10 hours of sleep per night
- Turn off devices at least 1 hour before bed. Looking at a bright screen before sleeping suppresses the production of melatonin, impacting sleep.
- Avoid using a mobile phone as an alarm clock as it might be too tempting to scroll if you wake up in the night.



Research shows that smartphones in a study space can lower learning, logical reasoning, abstract thinking, problem-solving, and creative abilities.

Ideally, a mobile phone or tablet should be in a separate room when studying.

Sleep is important! A study conducted by MIT (US) found that: “Better quality, longer duration, and greater consistency of sleep correlated with better grades.”





Hành trình khối 11

- Lớp 11 là giai đoạn quan trọng trong hệ thống giáo dục của Anh Quốc vì các em sẽ phải tham gia kỳ thi IGCSE thử thách vào cuối năm học này.



- Học sinh học các môn học tự chọn cùng với các môn bắt buộc là tiếng Anh, Toán và Khoa học.
- Cho phép học sinh điều chỉnh môn học theo sở thích của mình và cung cấp cho các em nền tảng vững chắc để học lên cao hơn.

LỚP 11 LÀ GÌ?

- IGCSE là bằng cấp của hệ thống giáo dục Anh Quốc được công nhận trên toàn thế giới.
- Giúp **nuôi dưỡng** sự phát triển về mặt học thuật, cá nhân và cảm xúc của học sinh.



- Thử thách kỹ năng quản lý thời gian của học sinh, hỗ trợ phát triển tính độc lập trong học tập, yêu cầu các em phát triển các kỹ năng học tập hiệu quả.
- Tất cả những điều này sẽ giúp tạo nên một người học tập trưởng thành và toàn diện hơn.

Điều gì giúp chứng chỉ IGCSE có giá trị?



**Giai đoạn tự ôn tập tự học bắt đầu từ 18 tháng Tư.
168 ngày học.
21 tuần học.**

Theo dõi việc ôn tập

**Kỳ thi giữa năm.
Suy nghĩ. Thời khóa biểu ôn tập.**

Tháng Mười - Kết quả học tập Kỳ 1. Suy nghĩ và đặt mục tiêu.

**Suy nghĩ và đặt mục tiêu
Cơ hội tham gia vào Ban lãnh đạo học sinh và dẫn dắt câu lạc bộ ngoại khóa.**

Điều này là gì? Tại sao lại quan trọng?



Suy ngẫm:

- Suy ngẫm về việc học trước đó và đặt ra các mục tiêu cá nhân và học tập cho cuối năm 11.
- Điều này khuyến khích học sinh để:
 - xem xét mức độ hiểu biết **hiện tại** của các em.
 - tìm kiếm **phản hồi** và cơ hội để học hỏi.
 - tạo ra các bước đi nhỏ hơn để đạt được mục tiêu lớn hơn, với sự hiểu biết về **cách tiếp cận học tập** của các em trong tâm trí.
 - **theo dõi** tiến trình của các em giữa các bước và điều chỉnh việc học của mình.

Cơ hội tham gia vào Ban lãnh đạo học sinh và dẫn dắt câu lạc bộ ngoại khóa

- Là một phần của cộng đồng và đóng góp tiếng nói của mình.
- Hình thành và xây dựng mối quan hệ với mọi người xung quanh.
- Phát triển các kỹ năng quan trọng để thành công ở bậc đại học và trong tương lai.

Điều này là gì? Tại sao lại quan trọng?



Kết quả học tập Term 1:

- Học sinh hiểu được tiến trình học tập của mình qua kết quả các môn học.
- Học sinh suy ngẫm về việc học của mình và thực hiện thay đổi nếu cần thiết.

Suy ngẫm và đặt mục tiêu:

- Quay lại xem xét các mục tiêu đã đặt ra trong Học kỳ 1:
 - Các em đã làm theo các bước mình nói sẽ thực hiện chưa? Chúng đã giúp ích như thế nào?
 - Các em có cần phải sửa đổi kế hoạch của mình trước kỳ thi giữa năm không?
- Suy ngẫm là phần quan trọng nhất của quá trình học tập. Đó là cách chúng ta học những gì chúng ta biết và **những gì chúng ta cần học.**

Điều này là gì? Tại sao lại quan trọng?



Kỳ thi giữa năm.

- Từ ngày 1 đến ngày 12 tháng Mười Hai
- Đây là khoảng thời gian bận rộn, áp lực cao đối với học sinh lớp 11
- Tạm dừng các hoạt động ngoại khóa sau giờ học.
- Tìm sự cân bằng giữa việc chuẩn bị cho kỳ thi và các hoạt động không liên quan đến học tập.

Suy ngẫm.

- Sử dụng kiến thức thu được từ các kỳ thi giữa năm để lập **thời gian biểu ôn tập**.

Thời gian biểu ôn tập.

- Tập trung vào các chủ đề cần được quan tâm nhiều nhất và những phần các em chưa nắm rõ, **như kết quả học tập cho thấy**.

Điều này là gì? Tại sao lại quan trọng?



Thời gian biểu ôn tập.

- Học sinh có kỹ năng tổ chức thường dễ đạt thành công.
- Tháng 12 - học sinh **bắt đầu ôn tập** để chuẩn bị cho kỳ thi tháng 6.
- Việc ôn tập nên được đưa vào thói quen hàng tuần từ sớm để không trở nên quá tải.
- Bắt đầu ôn tập **sớm**.
- Yêu cầu giáo viên bộ môn hỗ trợ **sớm**.

Điều này là gì? Tại sao lại quan trọng?



Ngày 18 tháng Tư. 21 tuần học.

- Kỳ thi IGCSE được chấm bởi hội đồng thi Cambridge.
- Ngày thi được ấn định bởi hội đồng thi Cambridge.
- ABCIS không thể thay đổi ngày thi.

Giai đoạn Study leave

- Học sinh sẽ cảm thấy áp lực trước thử thách của kỳ thi.
- Học sinh sẽ chuẩn bị cho kỳ thi của mình tại nhà.
- Học sinh nên sắp xếp bất kỳ hỗ trợ ôn tập nào cần thiết trước kỳ nghỉ tháng 4.
- Nếu cần, các em nên gửi email cho giáo viên để được hỗ trợ.
- Có thể có các buổi ôn tập tại trường cho một số môn học - thông tin này sẽ được chia sẻ khi gần đến thời điểm đó.
- Một số kỳ thi có thể được lên lịch trong kỳ nghỉ tháng 4.

Kết quả thi sẽ được công bố khoảng từ ngày **11/8/2025**.



Đọc qua các ghi chú trong sách hoặc trên thiết bị là tốt, nhưng vẫn chưa đủ.

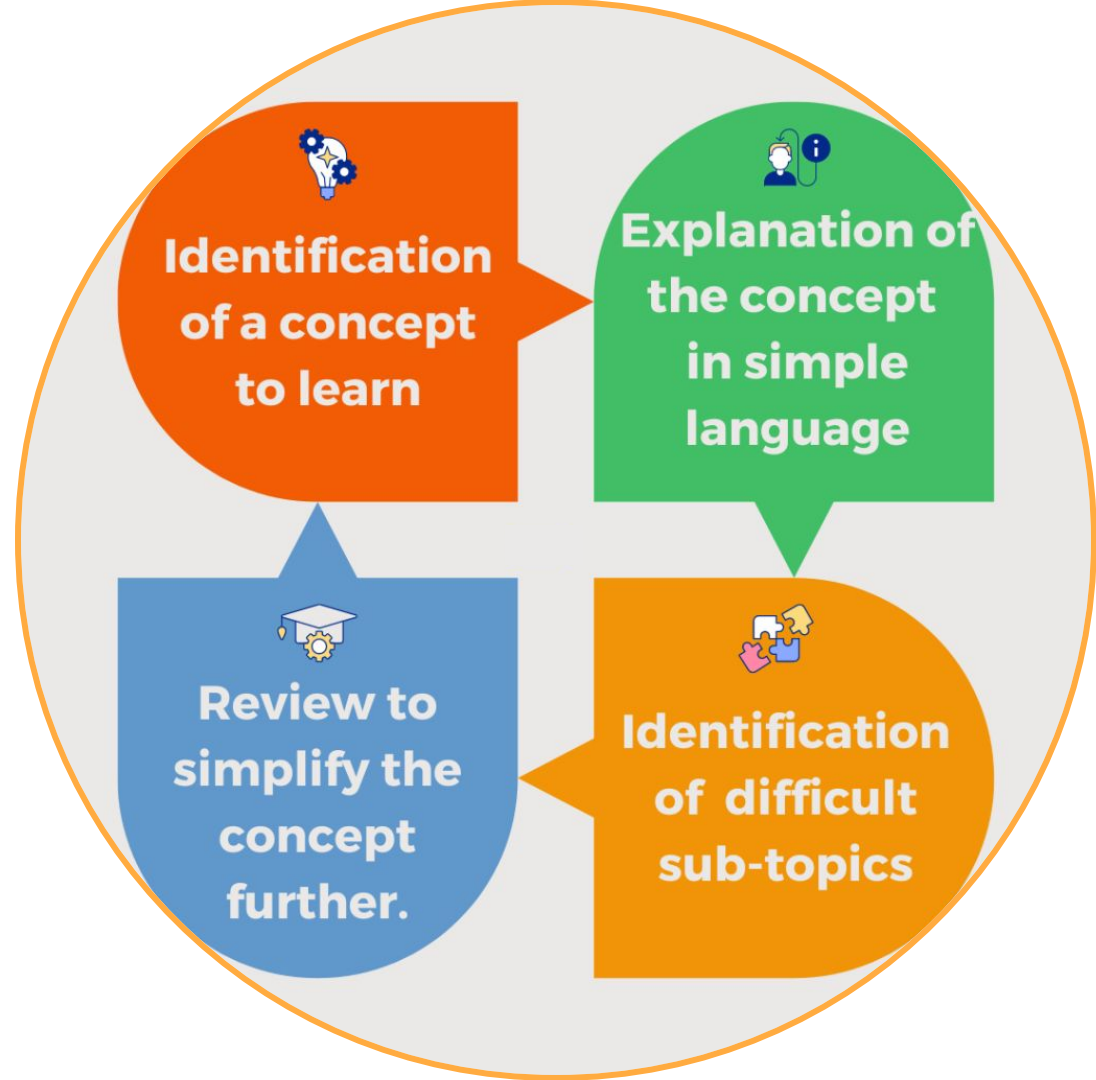
Sử dụng các đề thi cũ và cố gắng ghi nhớ câu trả lời cho một số câu hỏi nhất định là không đủ.

Không thể áp dụng phương pháp này cho tất cả các môn học. Học sinh không học nội dung mà chỉ học câu trả lời.

Những cách nghiên cứu và học tập hiệu quả.

Việc sử dụng AI để trả lời những câu hỏi khó có thể hữu ích, nhưng vẫn chưa đủ.

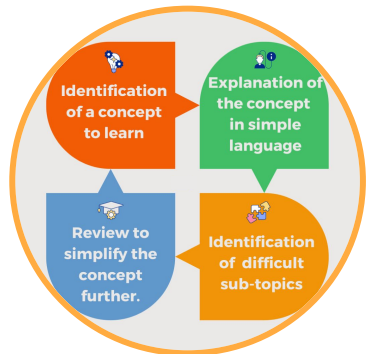
Richard Feynman, người đoạt giải Nobel Vật lý, đã tạo ra 'Kỹ thuật học tập của Feynman'. Kỹ thuật học tập này có thể được áp dụng rộng rãi, bất kể chủ đề nào.



Kỹ thuật của Feynman và hành động viết

Hành động **viết** hỗ trợ cho việc **suy ngẫm** và **học tập**.

- Viết rõ ràng sẽ không có chỗ cho những khái niệm mơ hồ ẩn giấu.
- Nếu có điều gì đó mơ hồ, người ta sẽ phát hiện ra khi viết và nói về nó.



<https://www.youtube.com/watch?v=tkm0TNFzleg>

Hỗ trợ tại nhà

- Môi trường ngăn nắp
- Giảm thiểu sao nhãng
- Sử dụng các phương pháp ôn tập được đề xuất, thay vì theo “sở thích cá nhân”, v.d. Sử dụng bút và giấy để ghi chú, không chỉ đọc tài liệu học tập.

**TIDY
ROOM
TIDY
MIND**

Quản lý tiếng ồn nếu được.
Không gian học tập phải yên tĩnh

Quản lý thời gian giữa các môn học

Ăn uống lành mạnh!

Nghỉ ngơi điều độ

Không học bài trên giường

Tắt các thiết bị công nghệ gây cảm dỗ

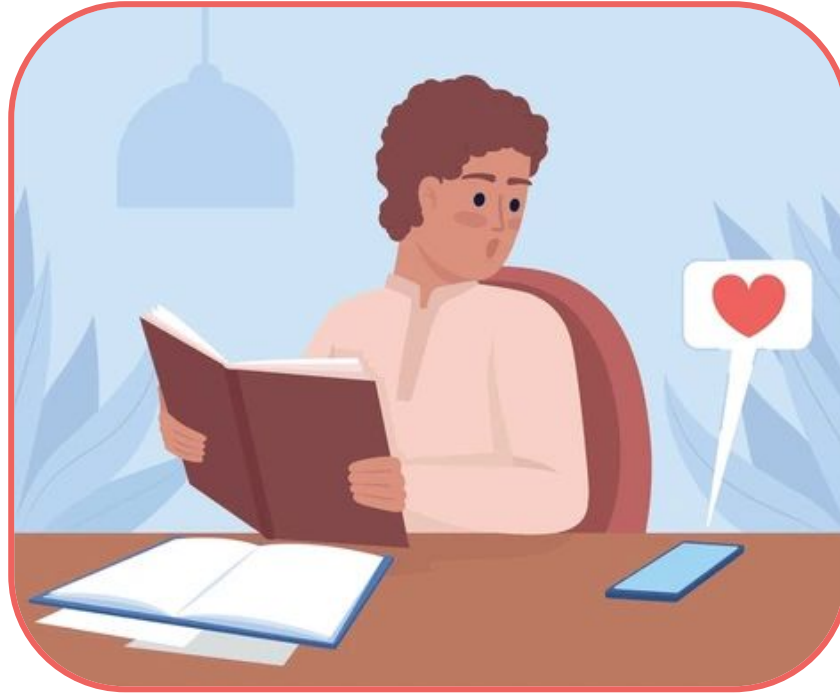
Một không gian rõ ràng được thiết kế để dành riêng cho việc học tập - một cái bàn và một cái ghế.

- Nghiên cứu xen kẽ để hỗ trợ tư duy linh hoạt: *kết hợp các môn học trong các buổi học, ví dụ học Lịch sử, sau đó là Hóa học và sau đó là Văn học Anh. Điều này giúp giảm sự nhàm chán và thúc đẩy sự tương tác tốt của não bộ.*
- Nghĩ về toàn bộ quá trình: giấc ngủ, uống đủ nước, chế độ ăn uống, tập thể dục đều đặn sẽ tạo ra sự khác biệt.

Tắt các thiết bị công nghệ gây cảm dỗ

Một vài bước nhỏ để có giấc ngủ ngon!

- Có lịch sinh hoạt rõ ràng.
- Đặt mục tiêu ngủ ít nhất 8 - 10 giờ mỗi đêm
- Tắt các thiết bị ít nhất 1 giờ trước khi đi ngủ. Nhìn vào màn hình sáng trước khi ngủ sẽ ức chế quá trình sản xuất melatonin, ảnh hưởng đến giấc ngủ.
- Tránh sử dụng điện thoại di động làm đồng hồ báo thức vì mình có thể sẽ bị cảm dỗ kiểm tra các trang thông tin khác nếu thức dậy vào ban đêm.



Nghiên cứu cho thấy điện thoại thông minh trong không gian học tập có thể làm giảm khả năng học tập, tư duy logic, tư duy trừu tượng, giải quyết vấn đề và khả năng sáng tạo.

Lý tưởng nhất là nên để điện thoại di động hoặc máy tính bằng ở một phòng riêng khi học.

Giấc ngủ cực kỳ quan trọng! Một nghiên cứu do MIT (Mỹ) thực hiện đã phát hiện ra rằng: “Chất lượng giấc ngủ tốt hơn, thời lượng dài hơn và độ ổn định cao hơn có liên quan đến điểm số tốt hơn”.





11학년의 여정

- IGCSE 시험을 치르게 되는 11학년은 영국 교육 체계에서 매우 중요한 학년입니다.

Year

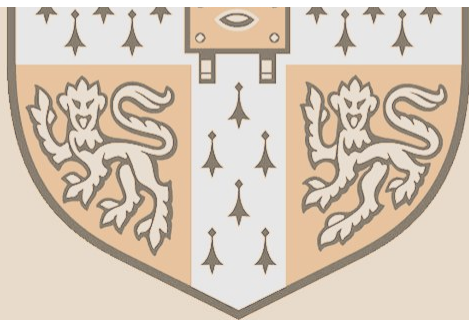


- 학생들은 선택 과목들을 공부할 뿐만 아니라, 필수 과목인 영어, 수학과 과학 과목들을 공부하고 있습니다.
- 학생들은 관심가는 과목들에 맞추어 공부하고, 미래를 위한 확고한 기반을 다지게 됩니다.

11학년이란?

- 영국 교육 시스템에 기반한 세계적으로 인정받는 시험
- 학생들의 학업, 개인, 그리고 정서적 발전을 **키우는** 데 도움이 됩니다.

- 학생들의 시간 관리 능력을 향상시키고, 독립적으로 학습하도록 지원하고, 효과적인 공부 방법을 발전시키도록 돕습니다.
- 이 모든 것은 학생들이 좀 더 성숙하고 전인적인 학습자가 되도록 합니다.



INTERNATIONAL GENERAL CERTIFICATE
OF SECONDARY EDUCATION

IGCSE가 가치있는 이유?



FINISH

4월 18일부터 Study leave 시작
168 일.
21 학업주간.

시험 공부

중간 고사
자기 성찰. 시험 공부 시간표

October - Term 1 리포트
자기 성찰과 목표 설정

자기 성찰과 목표 설정
학생 리더십과 방과 후
활동 기회들

START

의미와 중요성



자기 성찰

- 학습을 하기 전에 자기 성찰을 하고, 11학년 말까지의 개인적 그리고 학업적 목표를 설정하는 것.
- 자기 성찰할 내용
 - 현재의 학업 이해 수준을 고려할 것.
 - 피드백과 학습할 기회들을 찾는 것.
 - 학습 방법을 잘 알고, 큰 목표에 다다르기 위한 작은 단계들을 정하기.
 - 발전하고 있는지 중간 점검하고, 학습 방법 조정하기.

학생 리더십과 방과 후 활동 기회들

- 공동체의 일원으로서 의견을 내게 됨.
- 다른 사람들과의 관계를 형성하고 세워 나감.
- 대학과 그 이후로의 삶에서 중요한 능력들을 발전시키게 됨.

의미와 중요성



Term 1 Report.

- 학생들이 학업 과정 속에서 어떻게 발전하고 있는지를 이해하게 됨.
- 학생들이 자신의 학업 방법을 **심사숙고** 하게 되고 필요하다면 조정하게 됨.

자기 성찰과 목표 설정

- Term 1에 세웠던 목표를 재점검:
 - 계획했던 단계들을 다 밟아 왔나? 도움이 되었나?
 - 중간 고사 전에 계획을 조정할 필요가 있는가?
- 자기 성찰하는 것은 학습 과정에서 가장 중요한 부분임. 그것은 우리가 아는 것과 배워야 하는 것을 어떻게 배울 것인가에 대한 것임.

의미와 중요성



중간 고사 시험.

- 12월 1일 - 12일
- 11학년에게는 바쁘고 압력이 많은 시기
- 학교 이후의 별도의 학업 관련 수업들을 멈추기 바람
- 시험을 위한 준비와 비 학과 활동들 사이에서 균형을 잡기 바람

자기 성찰

- 중간 고사 시험에서 얻게된 지식을 활용하여 시험 공부 시간표를 만들기.

시험 공부 시간표.

- 시험 결과가 보여주는, 가장 주의를 기울여야 할, 그리고 어렵게 느껴지는 주제들에 초점을 맞출 것

의미와 중요성



시험 공부 계획표.

- 잘 계획하는 학생들이 대부분 성공적인 학생들임
- 12월 - 학생들이 6월 시험 준비를 위해 **시험 공부**를 시작하게 됨.
- 시험 공부는 주 단위로 일찍부터 계획되어야 함, 그래야 압도되지 않을 수 있음.
- 시험 공부를 **일찍** 시작.
- 과목 선생님들께 **일찍** 도움을 요청하기.

의미와 중요성

4월 18일. 21 학업 주간

- IGCSE 시험은 외부에서 성적이 평가됨
- 시험 날짜들은 외부에서 결정되어 지정되어 있음.
- 시험 날짜들은 ABCIS에서 변경할 수 없음.

Study leave

- 학생들은 시험으로 인해 압박감을 느끼게 될 것임.
- 집에서 시험을 위한 준비를 하게 될 것임.
- 학생들은 시험 공부에 필요한 선생님의 지원을 위해 4월 텀방학 전에 약속을 잡아야 함
- 필요하다면, 선생님들께 지원 요청을 위한 이메일을 보내야 함.
- 일부 과목들은 시험 공부를 위한 복습 시간이 마련될 수 있음 - 관련 정보는 그 시간이 가까워서 공유될 것임.
- 일부 시험들은 4월 텀방학 기간에 계획될 수도 있음.

시험 결과는 **2025년 8월 11일** 주 초에 발표될 것임.





책이나 전자기기의 노트들을
모두 읽어 보는 것은 좋으나
그것으로 충분하지 않음

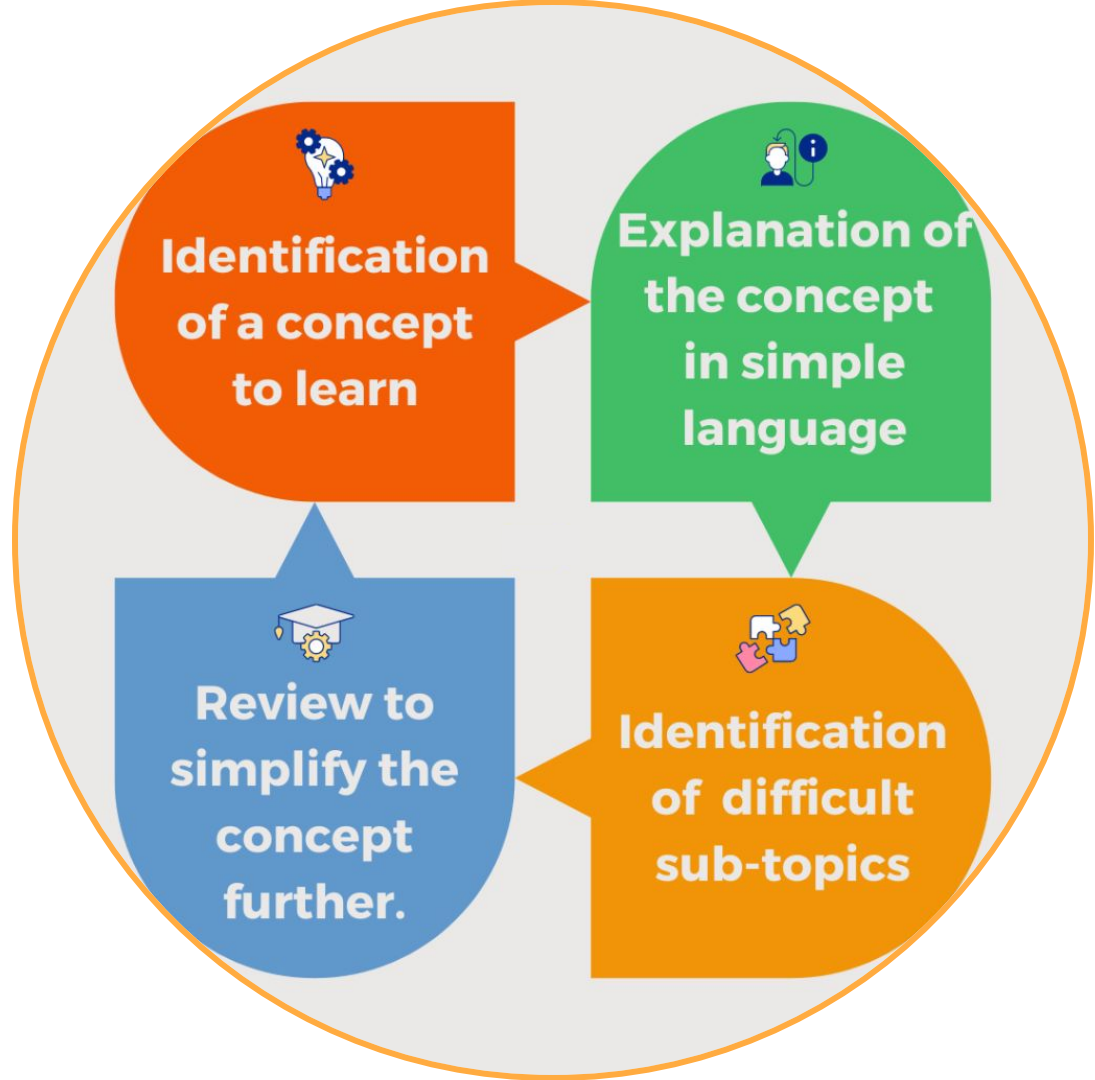
과거 시험지들을 이용해서 일부
질문들의 답을 암기하는 것으로
충분하지 않음

이 방법은 모든 과목들에 적용될 수 없습니다.
학생들은 내용을 공부하는 것이 아니라 오직
답만을 학습하게 됩니다.

공부하고 학습하는 효과적인 방법들

어려운 질문들에 대한 답을 위해 AI를
이용하는 것은 충분하지 않음.

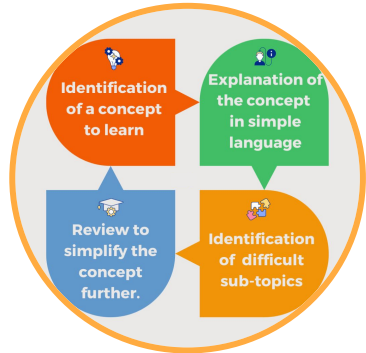
물리에서의 노벨 수상자인 Richard Feynman이 'Feynman의 학습법'을 만들었습니다. 이 학습 기술은 보편적으로 과목에 상관없이 적용될 수 있습니다.



Feynman의 학습법과 글쓰기 활동

글쓰기 활동은 자신을 돌아보고 배우는데 도움이 됩니다.

- 분명하게 글을 써 보면 이해하기 어려운 개념들이 보입니다.
- 이해하기 어려운 것이 있다면, 글을 쓰거나 말을 하다보면 그것이 발견됩니다.



<https://www.youtube.com/watch?v=tkm0TNFzleg>

가정에서의 지원

- 정리 정돈된 환경
- 산만하게 하는 것들을 최소화
- '개인이 좋아하는 방법'보다 추천되는 시험 공부 방법을 사용하도록 도움, 예를 들어 단순히 책을 쪽 훑어 보는 것보다 노트할 수 있는 펜이나 종이 준비

TIDY
ROOM
TIDY
MIND

소음은 어떠한지.
공부하는 장소는
조용해야 합니다.

모든 과목에
시간을 잘 분배

건강한
음식과 음료

정기적인
휴식

침대에서
공부하지 않도록

유혹이 될 만한
전자기기 꺼
놓기

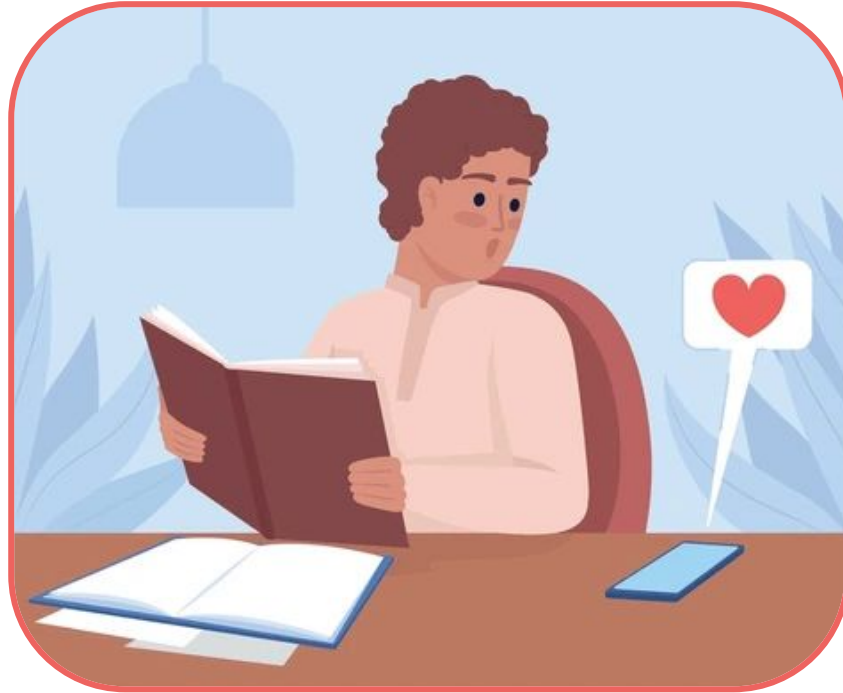
공부를 위해 준비된 분명하고도
목적있는 공부 장소 - 책상과 의자

- 유연한 사고를 돕기 위해 학습 과목에 변화주기:
공부하는 시간동안 서로 다른 과목 공부하기, 예를 들어 역사 공부 후, 화학 공부 그리고 영어 문학 공부하기.
이렇게 하면 지루함을 덜 느끼고, 공부하는 내용에 더 잘 집중하게 됨
- 전체 과정에 대해 생각해 보기: 취침, 수분 섭취, 식단 조절 그리고 운동이 영향을 줌.

유혹이 될 만한 전자기기 꺼놓기

좋은 수면을 취하게 돕는 몇가지 작은 단계들!

- 분명한 일상 생활 패턴 유지 .
- 밤에 적어도 8 - 10 시간 수면
- 적어도 취침 한 시간 전에 전자기기 끄기. 잠들기 전에 밝은 화면을 보는 것은 멜라토닌 생성을 억눌러서 수면에 영향을 줌.
- 알람 시계로 휴대폰 사용하지 않기. 밤 중에 깨었을 때 휴대폰을 열어 보다 휴대폰에 시간을 뺏길 수 있기 때문임.



연구 결과에 의하면 공부 공간에 휴대폰이 있으면 학습, 논리적인 사고, 추상적인 사고, 문제 해결 능력과 창조적인 사고 능력이 저하됨.

이상적인 것은 휴대폰이나 태블릿이 공부하는 방이 아닌 다른 장소에 있는 것입니다.

수면이 중요합니다! MIT (US)에서 실행된 연구에 의하면: “더 양질의 수면, 더 긴 수면, 더 규칙적인 수면 습관은 더 좋은 성적과 관련 있다.”

