



SMS Newsletter

27th January 2023

STAR OF THE WEEK

We would like to highlight all of our teachers who go above and beyond to make sure the SMS supports our students in every aspect of their school lives.

Our 'Leadership Matters' training talks about 'discretionary effort'. That is the effort that people put into their work lives, without being asked and without any expectation of reward or acknowledgement - they do it for the love of their school! Here at SMS we have staff who always go the extra mile to make sure we are the best we can possibly be. Thank you to ALL our rock star staff.



STAR OF THE WEEK

Who is the student? Early years

Maktoum was chosen as the star student due to his outstanding behavior, following the class rules, completing his work, helping his class mates and always being kind to his teacher





UPDATES



Top Achievers!

IBT Arabic Top Achievers

- 6B3 - Khaled Ebrahim Ghazi Zadeh
- 6B3 - Humaid Essa Abdulla Murad Abdulla
- 6G2 - Hamda Bader Hussain Abdulla Albahri
- 7B3 - Zakariya Ahmed M Mohamed
- 7G2 - Hamda Ahmed Abdulrahim Almas Jaffer
- 7G2 - Asma Khalil Sayed Abdulla Sharaf Alhashmi
- 8B1 - Hamed Khalid Abdullah Alhabsi
- 8G2 - Fatma Ahmad Ibrahim Mohamed Omari
- 9B1 - Abdulla Abdulrahman Mohammad Saleh Aljassmi
- 9G2 - Sara Mohammed Ahmad Abdulaziz Qassim Alhaddad

MAP Fall Top Achievers - Math, English & Science

Math

- 6B3 - Salem Mahmood Khalaf Alrifayee - 219
- 7B3 - Yousef Hareb Hasan Abdulla Lehdad - 253
- 8B1 - Omar Ahmed Mohammed Abdulla Aljassmi - 249
- 8B1 - Mohammad Khalid Murshid M Alshehi - 249
- 9B2 - Abdulrahman Issa Ahmed Mussa Ibrahim - 256
- 10B3 - Rashid Mohamad Amin Ibrahim - 263
- 6G1 - Amna Adnan Abdulkarim Mohammed Julfar - 233
- 7G2 - Jouli Mohammad Dahhak - 242
- 8G3 - Alia Hamad Humaid Taryam Alshamsi - 261
- 9G2 - Hind Abdulrahim Hassan Abdulrahim Almulla - 256
- 10G3 - Nada Mohammed Abdulla Mohammed Ali Alqaydi - 297



UPDATES



Reading

- 6B3 - Khaled Ebrahim Ghazi Zadeh - 221
- 7B3 - Majed Saif Ali Salem Majid Alketbi - 232
- 8B1 - Khalifa Obaid Ahmad Alzarim Alsuwaidi - 232
- 9B3 - Saeed Khalid Juma Thani Bereqad Alfalasi - 229
- 10B2 - Junaid Khalid Junaid Abdulla Abubakr Bawazir - 237
- 6G1 - Shaikha Mohammed Abdulla Ahmed Bin Dalmook - 229
- 7G2 - Hamda Ahmed Abdulrahim Almas Jaffer - 233
- 8G3 - Dana Hisham Ebrahim Mohamed Noor Khonji - 240
- 9G2 - Sara Yousif Abdalla M.H.Abdelghani - 244
- 10G2 - Haya Abdulla Mohammed Yousuf Alaslai - 243

Language

- 6B2 - Adham Amr Mohamed Sedky - 219
- 6B2 - Mansoor Abdulaziz Mubarak Alwasham Aljneibi - 219
- 7B1 - Rashid Ali Mohammad Ibrahim Mohammad - 229
- 8B2 - Abdullah Mohamed Rasees Mohamed Aboobacker Hassim - 233
- 9B2 - Rashed Abdulla Yousef Ahmed Alali - 233
- 10B3 - Mohammad Saeed Matar Mohamed Almarri - 241
- 6G1 - Meera Hisham Ebrahim Mohamed Noor Khonji - 231
- 7G2 - Reem Mohammad Ramez M Almasri - 229
- 8G3 - Dana Hisham Ebrahim Mohamed Noor Khonji - 245
- 9G2 - Sara Yousif Abdalla M.H.Abdelghani - 242
- 10G2 - Haya Abdulla Mohammed Yousuf Alaslai - 250



UPDATES



Science

6B3 - Khaled Ebrahim Ghazi Zadeh - 223

7B1 - Saif Naji Mohamed Obaid Almansoori - 234

8B2 - Salem Khalifa Mohammed Khalifa Bin Thani Al Mehairi - 238

9B1 - Thani Mohammad Muhayer Benwas Alketbi - 230

10B3 - Eid Abdulla Saif Mohammed Hussain Alshaali - 252

6G1 - Shaikha Mohammed Abdulla Ahmed Bin Dalmook - 221

7G2 - Maitha Mohammad Darwish M Alshehhi - 226

8G1 - Aisha Talal Abdulhamid Almutawa - 231

8G1 - Fatima Mohammad Ahmad Hassan Alhamadi - 231

9G1 - Sarah Saleh Ali Jaffar Ali Bin Jaffar - 228

10G3 - Malak Mohammed Yasser Mahmmoud Nouman - 244



We are extremely proud of our students and their high scores. We would like to wish all the students the best of luck on their MAP Winter Assessments which will begin on the 15th of February. Please make sure that you support your child by:

- practicing daily on Exact Path and Study Island.
- asking your child about their RIT Score and their goal for the winter test.
- providing a healthy and early sleeping routine with a nutritious breakfast every morning.

"LETS TALK SPORTS".



BY: ANTHONY SPILLANE

We have started the after-school clubs which offers all students the opportunity to participate in a variety of sports including football, volleyball, basketball as well as lots of others.

The lunchtime leagues have reached the semi-final stage, which will be played next week starting Monday 30th January. In Middle School the semi-finals will be 7B1 v 8B3 and 6B1 v 8B2. In High School, the semi-finals will be 10B2 v 11B2 and 10B1 v 12B1. The finals will take place Wednesday and Thursday. Medals and trophy presentations will follow.

We are very excited to announce SMS Sports Week from Monday 6th - Thursday 9th February. This will be the biggest and best sports week to date! All students will participate in the Sports Week. We will provide a huge variety of games and novelty events including bouncy castles, obstacle courses, water games, inflatable mazes and an ice cream truck as well as lots more!! KG & Elementary - Please make sure you buy your special sports day t-shirts to win a prize for your class group

HIGHLIGHTS OF THE WEEK

KG Registration 2023-2024

SMS is so delighted to announce opening the KG Registration for the year 2023-2024. The first 20 parents who complete the registration will get a free uniform voucher. This offer is valid until February 17th. Hurry up and register now!



**2023-2024
KG
ADMISSION
OPEN!**

**THEIR FIRST STEP
STARTS HERE**

04 288 7765

Open For Registration
From Jan 16, 2023

school_of_modern_skills | <https://www.w.dubai-sms.com/> | @dubaisms

Personal Hygiene

Personal hygiene, healthy lifestyle, and the prevention of head lice, these were the topics discussed in one of the most significant medical lectures which was given by Care Direct at SMS for the KG and Elementary Department.

London's Trip

Who is excited to go to London Eye and walk in Oxford street? SMS is giving students from grades 6-12 boys and girls the chance to visit amazing places in the upcoming abroad trip. Girls will have female teachers who will be with them and watch them with intense care during the trip. For registration click here.



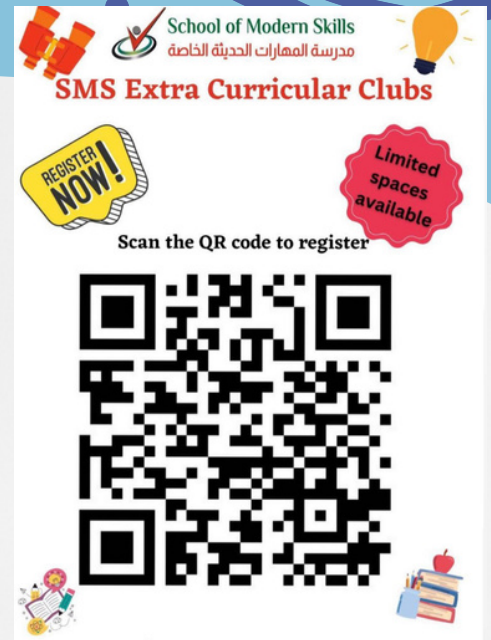
Trip To London

Dates: 8th to 13th Feb 2023
Trip supervised by: Mr. Rabei, Boys Pastoral Care
More Details: 0504775686
rabie.ahmed@dubai-sms.com.

HIGHLIGHTS OF THE WEEK

Extra Curriculum School Clubs

SMS after school clubs have started! Clubs are given by our professional SMS staff members on Mondays and Wednesdays, 3:00-4:00 PM. Its never too late to join!




School of Modern Skills
مدرسة المهارات الحديثة الخاصة

SMS Extra Curricular Clubs

REGISTER NOW!

Limited spaces available

Scan the QR code to register



SMS Way

SMS hosted the SMS Way meeting on January 17th and discussed various topics led by our students such as assisting your child in learning.

Kite Day

Great weather? It definitely means having some fun! Elementary students made their kites with their teachers and flied them high in the sky in the windy weather.





HEALTH AT SMS

HEALTHY DIET

BY DR. ASMA HADDAD



What is a healthy diet?

Eating a healthy diet is not about strict limitations, staying unrealistically thin, or depriving yourself of the foods you love. Rather, it's about feeling great, having more energy, improving your health, and boosting your mood.

We all need a balance of protein, fat, carbohydrates, fiber, vitamins, and minerals in our diets to sustain a healthy body. You don't need to eliminate certain categories of food from your diet, but rather select the healthiest options from each category.

Protein- gives you the energy to get up and go while also supporting mood and cognitive function.

Fats- Include more healthy fat like olive oil in your diet can help improve your mood and boost your well-being.

Fibers- Eating foods high in dietary fiber (grains, fruit, vegetables, nuts, and beans) can lower your risk for heart disease, stroke, and diabetes. It can also improve your skin and even help you to lose weight.

Carbohydrates- are one of your body's main sources of energy.

Think of planning a healthy diet as a number of small steps like adding a salad to your diet once a day. As your small changes become a habit, you can continue to add more healthy choices.



WELLBEING CORNER

We are starting semester two in a couple of days, how can you prepare for this new journey?

- **Set up a study routine** – Never underestimate the value of a routine, especially when it comes to school work and study time. A good way to do it is to spend the first 30 minutes to an hour after you arrive home from school doing something you enjoy, then spend an hour or two on homework before dinner.
- **Set positive, realistic goals for the semester** – Setting yourself goals and dedicating yourself to achieving them will help you stay motivated and help you achieve the results you want this.
- **Find a good study space** – Create a designated area for your study where you can focus and limit distractions. Maybe you prefer the dining room table, or perhaps it's a desk in your room - choose a place you feel comfortable, alert and focused.
- **Use school planners and calendars**– One of the most important things to do to get organized is manage your time wisely. If you haven't got one already, get a yearly planner and fill it out with the important dates for the year.

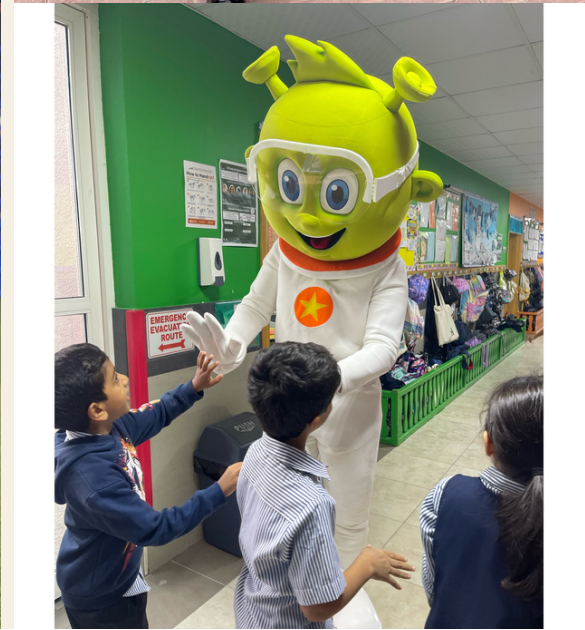
Semester

2





SMS GALLERY





نشرة المدرسة

27-1-2023

نجم الأسبوع من هو المعلم المحظوظ؟

نود أن نهنيئ جميع مدرسيننا المتميزين والذين يحرصون
يوميًا على جعل مدرسة المهارات مكانًا يدعم الطلاب في
كل الجوانب .
لدينا هنا موظفون يبذلون قصارى جهدهم دائمًا للتأكد
من أننا نقدم أفضل ما يمكن لأطفالنا. شكرًا لكم!



نجم الأسبوع الطالب المتميز

تم اختيار الطالب مكتوم من الصف الثاني
ليكون الطالب المتميز بسبب سلوكه،
واتباعه لقواعد الفصل، استكمال عمله،
مساعدة زملائه في الفصل، ولطفه دائمًا
مع معلمته.



الطلاب المتفوقين

الحاصلون على أعلى الدرجات



المتفوقين باختبارات ال IBT اللغة العربية

- 6B3 - خالد ابراهيم غازي زاده
6B3 - حميد عيسى عبد الله مراد عبد الله
6G2 - حمدة بدر حسين عبدالله البحري
7B3 - زكريا احمد محمد محمد
7G2 - حمدة أحمد عبد الرحيم الماس جعفر
7G2 - أسماء خليل سيد عبد الله شرف الهاشمي
8B1 - حامد خالد عبدالله الحبسي
8G2 - فاطمة أحمد إبراهيم محمد العمري
9B1 - عبدالله عبدالرحمن محمد صالح الجسمي
9G2 - سارة محمد أحمد عبد العزيز قاسم الحداد

المتفوقين في اختبار ال MAP - الرياضيات واللغة الإنجليزية والعلوم الرياضيات

- 6B3 - سالم محمود خلف الرفاعي - 219
7B3 - يوسف حارب حسن عبدالله لحداد - 253
8B1 - عمر أحمد محمد عبدالله الجسمي - 249
8B1 - محمد خالد مرشد محمد الشحي - 249
9B1 - عبدالرحمن عيسى احمد موسى ابراهيم - 256
10B3 - رشيد محمد أمين ابراهيم - 263
6G1 - آمنة عدنان عبد الكريم محمد جلفار - 233
7G2 - جولي محمد ضحاك - 242
8G3 - علياء حمد حميد تريم الشامسي - 261
9G2 - هند عبد الرحيم حسن عبد الرحيم الملا - 256
10G3 - ندى محمد عبدالله محمد علي القايدي - 297

آخر المستجدات



القراءة

- 6B3 - خالد ابراهيم غازي زاده - 221
- 7B3 - ماجد سيف علي سالم ماجد الكتبي - 232
- 8B1 - خليفة عبيد أحمد الزريم السويدي - 232
- 9B3 - سعيد خالد جمعة ثاني بيرقد الفلاسي - 229
- 10B2 - جنيد خالد جنيد عبدالله أبو بكر باوزير - 237
- 6G1 - الشيخة محمد عبدالله أحمد بن دلموك - 229
- 7G2 - حمدة أحمد عبد الرحيم الماس جعفر - 233
- 8G3 - دانا هشام إبراهيم محمد نور خنجي - 240
- 9G2 - سارة يوسف عبدالله محمد حسن عبدالغني - 244
- 10G2 - هيا عبدالله محمد يوسف الاصلاي - 243

اللغة

- 6B2 - أدهم عمرو محمد صدقي - 219
- 6B2 - منصور عبدالعزيز مبارك الوسام الجنيبي - 219
- 7B1 - رشيد علي محمد ابراهيم محمد - 229
- 8B2 - عبدالله محمد رسيس محمد ابو بكر حسيم - 233
- 9B2 - راشد عبدالله يوسف احمد العلي - 233
- 10B2 - محمد سعيد مطر محمد المري - 241
- 6G1 - ميرا هشام ابراهيم محمد نور خنجي - 231
- 7G2 - ريم محمد رامز المصري - 229
- 8G3 - دانا هشام إبراهيم محمد نور خنجي - 245
- 9G2 - سارة يوسف عبدالله محمد حمود عبدالغني - 242
- 10G2 - هيا عبدالله محمد يوسف الاصلاي - 250

آخر المستجدات

S **U** **P** **E** **R**

العلوم

- 6B3 - خالد ابراهيم غازي زاده - 223
7B1 - سيف ناجي محمد عبيد المنصوري - 234
8B2 - سالم خليفة محمد خليفة بن ثاني المهيري - 238
9B1 - ثاني محمد محير بنواس الكتبي - 230
10B3 - عيد عبدالله سيف محمد حسين الشعالي - 252
6G1 - الشيخة محمد عبدالله أحمد بن دلموك - 221
7G2 - ميثاء محمد درويش محمد الشحي - 226
8G1 - عائشة طلال عبد الحميد المطوع 231
8G1 - فاطمة محمد أحمد حسن الحمادي 231
9G1 - سارة صالح علي جعفر علي بن جعفر - 228
10G3 - ملك محمد ياسر محمود نعمان - 244

PROUD

نحن فخورون للغاية بطلابنا وبدرجاتهم العالية. نتمنى لجميع الطلاب كل التوفيق في اختبارات ال MAP الشتوية التي ستبدأ في الخامس عشر من فبراير. يرجى التأكد من أنك تدعم طفلك من خلال:

- أن يتدرب يوميًا على Exact Path و Study Island.
- التأكد من درجة RIT الخاصة به وهدفه من الاختبار.
- توفير روتين صحي للنوم المبكر مع وجبة فطور مغذية كل صباح.

يلا رياضة"



بقلم الأستاذ أنتوني سبيلن

لقد بدأنا نوادي ما بعد الدوام المدرسي والتي تتيح لجميع الطلاب الفرصة للمشاركة في مجموعة متنوعة من الألعاب الرياضية بما في ذلك كرة القدم والكرة الطائرة وكرة السلة بالإضافة إلى الكثير من الرياضات الأخرى.

وصلت بطولات وقت الاستراحة إلى مرحلة نصف النهائي، والتي ستقام الأسبوع المقبل اعتبارًا من يوم الاثنين 30 يناير. في المرحلة الإعدادية، سيكون الدور نصف النهائي بين الصفوف 6B1 v 8B2 و 7B1 v 8B3. في المرحلة الثانوية، سيكون الدور نصف النهائي بين 10B1 v 12B1 و 10B2 v 11B2. وستقام النهائيات يومي الأربعاء والخميس مع توزيع الجوائز والكؤوس.

يسعدنا الإعلان عن الأسبوع الرياضي من الاثنين 6 إلى الخميس 9 فبراير. سيكون هذا أكبر وأفضل أسبوع رياضي حتى الآن! سيشارك جميع الطلاب في أسبوع الرياضة. سنوفر مجموعة كبيرة ومتنوعة من الألعاب والفعاليات الجديدة بما في ذلك القلاع النشطة والألعاب المائية والمتاهات وشاحنة الآيس كريم والكثير!! رياض الأطفال والابتدائي - يرجى التأكد من شراء قمصان اليوم الرياضي الخاصة بكم للفوز بالجائزة مع فصلكم!



ملخص الأسبوع

تسجيل رياض الأطفال 2023-2024

يسر مدرستنا أن تعلن عن فتح باب تسجيل رياض الأطفال للعام 2023-2024. سيحصل أول 20 تسجيل على قسيمة مجانية للزي. هذا العرض ساري حتى 17 فبراير. سارعوا بالتسجيل الآن!



**2023-2024
KG
ADMISSION
OPEN!**

THEIR FIRST STEP
STARTS HERE

04 288 7765

Open For Registration
From Jan 16, 2023

school_of_modern_skills
https://www.w.dubai-sms.com
@dubaisms

محاضرات النظافة الشخصية

النظافة الشخصية، الحفاظ على نمط حياة صحي والوقاية من قمل الرأس ، كانت هذه الموضوعات التي نوقشت في واحدة من أهم المحاضرات الطبية التي ألقتها شركة Care Direct لقسم رياض الأطفال والمرحلة الابتدائية.



رحلة إلى لندن!

من منكم مستعد للذهاب إلى لندن والمشى في شوارع أكسفورد؟ ستتيح مدرسة المهارات الحديثة للطلاب من الصفوف 6-12 للبنين والبنات فرصة زيارة أماكن مذهلة في الرحلة القادمة. سيكون هناك مع الفتيات معلمات للحفاظ على سلامتهن ومرافقتهن أثناء الرحلة. للتسجيل اضغط هنا.

Trip To London

Dates: 8th to 13th Feb 2023
Trip supervised by: Mr. Rabei, Boys Pastoral Care
More Details: 0504775686
rabie.ahmed@dubai-sms.com



ملخص الأسبوع

النوادي المدرسية

تستمر مدرستنا بالنوادي المدرسية بعد الدوام والتي يتم تقديمها من قبل موظفينا المحترفين يومي الاثنين والأربعاء من الساعة 3:00-4:00 مساءً. لم يفت الأوان بعد للانضمام!

School of Modern Skills
مدرسة المهارات الحديثة الخاصة
SMS Extra Curricular Clubs

REGISTER NOW!

Limited spaces available

Scan the QR code to register



اجتماع SMS Way

استضافت مدرستنا اجتماع SMS Way في 17 يناير وناقشت العديد من الموضوعات التي ترأسها طلابنا مثل مساعدة أطفالكم في التعلم.

الطائرات الورقية

جو رائع؟ هذا يعني بالتأكيد الاستمتاع واللعب! قام طلاب المرحلة الابتدائية بصنع طائراتهم الورقية مع معلمهم وحلقوها عالياً في السماء في طقس جميل.



صحتك تهمننا

حمية صحية
د. أسماء حداد



ما هي الحمية الصحية؟

لا يتعلق النظام الغذائي الصحي بقيود صارمة، ولا يعني بالضرورة البقاء نحيفاً بشكل غير واقعي، أو حرمان نفسك من الأطعمة التي تحبها. بدلاً من ذلك، يتعلق الأمر بالشعور بالرضا والحصول على المزيد من الطاقة لتحسين صحتك ومزاجك.

نحتاج جميعاً إلى تناول حمية متوازنة بين البروتين والدهون والكربوهيدرات والألياف والفيتامينات والمعادن في وجباتنا الغذائية للحفاظ على صحتنا.

البروتين - يمنحك الطاقة ويدعم أيضاً الحالة المزاجية والوظيفة للجسم.

الدهون- يمكن أن يساعد تضمين المزيد من الدهون الصحية مثل زيت الزيتون في نظامك الغذائي في تحسين حالتك المزاجية وتعزيز صحتك.

الألياف - تناول الأطعمة الغنية بالألياف الغذائية (الحبوب والفواكه والخضروات والمكسرات والفاصوليا) يمكن أن يقلل من خطر الإصابة بأمراض القلب والسكتة الدماغية والسكري. يمكن أن يحسن بشرتك أيضاً ويساعدك على إنقاص الوزن.

الكربوهيدرات- هي أحد مصادر الطاقة الرئيسية في الجسم.

فكر في التخطيط لنظام غذائي صحي على أنه عدد من الخطوات الصغيرة التي تفعلها يومياً مثل إضافة سلطة إلى نظامك الغذائي مرة واحدة في اليوم. عندما تصبح تغييراتك الصغيرة عادة ، يمكنك الاستمرار والحصول على حياة صحية دائماً.

دليلك نحو الرفاهية

نبدأ الفصل الدراسي الثاني في غضون يومين ، كيف يمكنك الاستعداد لهذه الرحلة الجديدة؟

قم بإعداد روتين دراسي - لا تقلل أبدًا من قيمة الروتين ، خاصة عندما يتعلق الأمر بالعمل المدرسي ووقت الدراسة. هناك طريقة جيدة للقيام بذلك وهي قضاء أول 30 دقيقة إلى ساعة بعد وصولك إلى المنزل من المدرسة في فعل شيء تستمتع به ، ثم قضاء ساعة أو ساعتين في أداء الواجب المنزلي قبل العشاء.

ضع أهدافًا إيجابية وواقعية للفصل الدراسي - تحديد الأهداف وتكريس نفسك لتحقيقها سيساعدك على البقاء متحمسًا ويساعدك على تحقيق النتائج التي تريدها.

ابحث عن مساحة دراسة جيدة - خصص لنفسك مكانًا للدراسة حيث يمكنك التركيز والحد من عوامل التشتيت. ربما تفضل طاولة غرفة الطعام، أو ربما يكون مكتبًا في غرفتك - اختر مكانًا تشعر فيه بالراحة واليقظة والتركيز.

استخدم منظم الشهر والتقويمات المدرسية - أحد أهم الأشياء التي يجب القيام بها للتنظيم هو إدارة وقتك بحكمة. إذا لم يكن لديك واحد، احصل على مخطط سنوي واملأه بالتواريخ المهمة لهذا العام.

Semester

2





ألبوم الصور

