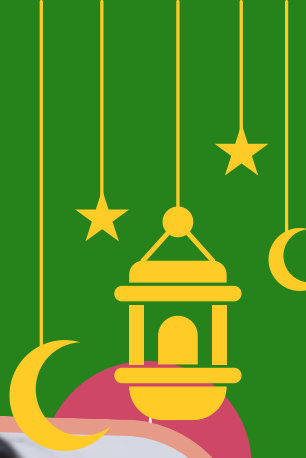




# SMS Newsletter

24-3-2023



## STAR OF THE WEEK

Who is the teacher? Early years

Ms. Samira is our star of the week teacher. This is her second year with us at SMS and she has been a great asset to our school. Her positive energy and smile are contagious and we are very happy that she is part of our SMS family.



## STAR OF THE WEEK

Here at SMS we are really encouraging students to attend classes daily. KG2C were delighted to win the cup last week for amazing attendance as a class. 3 days in the week they had 0 absences in class! Which class will be next to win this cup?



# UPDATES

## PARENTS' COMMUNICATION



We want to ensure that parents are our partners in education. If you have a concern or question, please call or send an email to the Parent Relations Department.

email address: [prc@dubai-sms.com](mailto:prc@dubai-sms.com)  
phone number: 04 288 7765

Inquiries are divided into academic or well being. Based on the concern, a Parent Relations representative will contact you.

An email will be sent to the parent's school email address After your inquiry has been addressed, a survey will be sent to measure the level of your satisfaction . Thank you for your continued support.

Spring break will be from 27 March,  
returning back to school is on April 10th



## RAMADAN AND SMS SPRING BREAK TIMING

### RAMADAN TIMING

#### **Monday-Thursday**

Students: 8:00 AM- 12:40 PM  
(Drop off no earlier than 7:40)

#### **Friday**

Students: 8:00 AM -11:40 AM  
Online Learning

### SMS SPRING BREAK TIMING

#### **Monday-Thursday**

8:00 AM- 1:00 PM

#### **Friday**

Online

School will be open for registration and  
payment purposes.  
Enjoy your break!

# "LET'S TALK SPORTS".



**BY: ANTHONY SPILLANE**

The elementary lunchtime league has been underway since last week. The standard on display is outstanding and the crowd have been jubilant the past week. The high school lunchtime league is now at the quarter final stages.

10B2 beat 9B2 4-2 on Monday in a thrilling game. On Tuesday 9B3 face 10B1 and the remaining quarter finals will be played after spring break - 11B2 vs 12B2 and 11B3 vs 12B1.

During Ramadan, PE lessons will be theory-based rather than practical to accommodate those who are fasting. There will be some really important topics studied including designing training programs and a nutrition module.



# HIGHLIGHTS OF THE WEEK



## Emirati Children's day

The UAE celebrates Emirati Children's Day on March 15 every year, as directed by Her Highness Sheikha Fatima, President of the Supreme Council for Childhood. At SMS, students chose to come to school with their traditional attire to play some traditional games and enjoy the celebration.



## Mother's Day

Teachers are mothers to their students. SMS celebrated Mother's Day with pink flowers being distributed to all female staff as a gift from Dr. Stephanie.

## World Down Syndrome Day

Meet Mansour, a 12-year-old boy diagnosed with Down Syndrome. Mansour loves playing with children! He is very well educated. Mansour welcomes everyone and speaks to them about himself with confidence today, he decided to visit our students on the World Down Syndrome Day so that they get to know him closely. Through Mansour, many concepts have changed. Thanks Mansour!



# HIGHLIGHTS OF THE WEEK

## Happiness day

The International Day of Happiness is celebrated throughout the world on 20 March. It was established by the United Nations General Assembly on 28 June 2012. The International Day of Happiness aims to make people around the world realize the importance of happiness within their lives. SMS reflected on the happy things and encouraged all staff and students appreciate the little things they have.



## Book Fair

Booktopia is a bookshop located in Dubai Festival City Mall, visited SMS for 4 days last week.

There were over 200 books offered with amazing prices. They also did a story telling session for the early years.

## Competitions

SMS students have participated in different competitions and won!

The first competition was DELF-DALF, which is the official French language diploma for adults to certify their French skills.

The second competition was Emirates Aviation Math Competition which was held on March 20. Students were awarded for their extraordinary performances.



# HIGHLIGHTS OF THE WEEK

## Beach Cleanup Campaign

As part of UAE's initiative and continuous effort towards conserving the environment and biodiversity, SMS participated in the Beach Cleanup Campaign organized in collaboration with Dubai Municipality's. Grade 5 boys students had fun and became active members of the society by this participation.



## Recycling Workshop

Dubai Municipality gave the elementary students a Recycling Workshop which was aiming to teach the students about plastic impact and how to transform ocean plastic waste into everyday products.

## Ramadan Preparations

Ramadan songs, Ramadan decorations and lights, colorful dresses and a great vibe. This was Ramadan preparations at SMS. To make sure that our students are doing good deeds everyday, we have created a 30 days calendar for good deeds. Click here to download it and make sure doing what's inside it becomes your daily routine habits.





# HEALTH AT SMS



BY DR. ASMA HADDAD

## Ramadan Mubarak!

During Ramadan, Muslims abstain from food and drink from dawn to sunset. It is important to get proper nourishment between Iftar and Suhoor in order to be prepared for the next day of fasting.

Few simple tips to help you stay fit while fasting:

**Drink plenty of water between Iftar and Suhoor:** (at least 10 glasses). You can also increase water intake by eating hydrating foods like watermelon, cucumber.

**Consume the right foods at Suhoor to last through the fasting hours:** Suhoor should be a wholesome meal providing you with enough energy to last through the fast.

**Replenish your energy levels by eating a healthy, balanced Iftar Eating:** Three dates to break your fast is a traditional and healthy way to begin Iftar. Dates are an excellent source of fiber.

**Sleep well:** Sleeping for enough period will help you stay fit throughout the fast.



# WELLBEING CORNER

## How to Make the Most out of Ramadan

Ramadan has just started, and you want to make the most of the month to come. This is a powerful time to nourish your body, your soul, and your purpose. You'll need to be disciplined in your fasting, your prayer, and your habits. Try to physically and spiritually prepare yourself for Ramadan. Set an intention for personal growth.

**"Tie your camel".** Organize your life, and prepare yourself to make the most out of a thoughtful and disciplined month. Do what you need to do to stay on top of everything during Ramadan. You may find it easier to keep to a rigorous schedule of prayer, meals, and religious ceremonies if you've cultivated a disciplined lifestyle beforehand.

- Put your affairs in order. Take care of anything serious that you need to do before Ramadan begins. You may be able to focus more intently on spiritual growth if you don't need to worry about practical difficulties.
- Shop for groceries in advance. It might be a chore to shop when you're hungry. Prepare large batches of food and freeze them; chop vegetables and store them in airtight containers.







# SMS GALLERY



# نشرة المدرسة

24-3-2023

## نجم الأسبوع

من هو المعلم المحظوظ؟

الأستاذة سميرة هي نجمة الأسبوع لهذا العدد. بدأت سميرة رحلتها بالمهارات منذ عامين ولا تزال إلى الآن تنشر طاقتها الإيجابية وابتسامتها المعديّة. طالباتها يحبونها وأصبحن أكثر مهارة بالمواد التي تعلمها لخبرتها الكبيرة.

شكراً سميرة!



## نجم الأسبوع

هنا في المهارات الحديثة نشجع الطلاب على حضور الحصص يوميًا. الصف المحظوظ هذا الأسبوع كان KG2C وفاز بالكأس. سجل الطلاب 0 غيابات في الفصل الدراسي! من هو الصف التالي؟؟



# آخر المستجدات



## قنوات التواصل مع أولياء الأمور



لأن خدمتكم هي أولويتنا، نود التنويه لأن جميع شكاوي وتعليقات أولياء الأمور سيتم معالجتها فقط عند الإبلاغ عنها عن طريق البريد الإلكتروني الخاص بقسم علاقات أولياء الأمور

.prc@dubai-sms.com

تتقسم التعليقات والشكاوي إلى أكاديمية أو سلوكية. بناءً نوع الشكوى، سيتم ترتيب اجتماع مع ولي الأمر.

سيتم إرسال بريد إلكتروني بتفاصيل الاجتماع إلى عنوان البريد الإلكتروني المدرسي الخاص بولي الأمر. بعد الاجتماع سيتم إرسال استبيان لقياس مستوى الرضا.

لمزيد من المعلومات يرجى التواصل معنا عبر البريد الإلكتروني أعلاه أو الاتصال بنا على 0549966985

إجازة الربيع، من 27 مارس والعودة  
بتاريخ 10 إبريل



## توقيت رمضان وإجازة الربيع

### توقيت رمضان

#### الاثنين الخميس

الطلاب: 8:00 صباحاً - 12:40 مساءً  
(التوصيل لا يجب أن يكون بعد الساعة 7:40)

#### الجمعة

الطلاب: 8:00 صباحاً - 11:40 صباحاً  
الدراسة عن بعد

### أوقات دوام المهارات خلال إجازة الربيع

#### الاثنين للخميس

8:00-1:00

#### الجمعة

عن بعد

ستكون المدرسة مفتوحة للتسجيل والدفع.



# "يلا رياضة"



أنتوني سبيلين

بدأ دوري وقت الاستراحة للمرحلة الابتدائية منذ الأسبوع الماضي. المباريات للآن كانت رائعة. أما بالنسبة لدوري وقت الاستراحة في المرحلة الثانوية، فقد وصل الآن إلى ربع النهائي.

فاز 10B2 على 2-4 9B2 يوم الاثنين في مباراة مثيرة. يوم الثلاثاء ، 9B3 تواجه 10B1 وستلعب ربع النهائي المتبقي بعد عطلة الربيع - 11B2 مقابل 12B2 و 11B3 مقابل 12B1.

خلال شهر رمضان، ستكون دروس التربية البدنية النظرية وليست عملية لمراعاة الطلاب الصائمين. ستكون هناك بعض الموضوعات المهمة مثل تصميم برامج التدريب والتغذية.



# ملخص الأسبوع



## يوم الطفل الإماراتي

تحتفل دولة الإمارات العربية المتحدة بيوم الطفل الإماراتي في 15 مارس من كل عام، بتوجيهات من سمو الشيخة فاطمة، رئيسة المجلس الأعلى للطفولة. في مدرسة المهارات، اختار الطلاب القدوم إلى المدرسة بملابسهم التقليدية للعب بعض الألعاب التقليدية والاستمتاع بالاحتفال.



## عيد الأم

المعلمات هن أمهات الطلاب جميعاً. احتفلت المدرسة بعيد الأم بتوزيع الزهور الرائعة على جميع الموظفات كهدية من مديرة المدرسة، الدكتورة ستيفاني.

## اليوم العالمي لمتلازمة داون

تعرفوا على منصور، طفل بالثانية عشر من عمره مُشخص بمتلازمة داون. منصور يحب الأطفال واللعب معهم، مثقف واجتماعي لأقصى حد! يرحب بالجميع ويكلمهم عن نفسه بثقة قرر اليوم زيارة طلابنا ليعرفوه عن كثب. من خلال منصور، تغيرت الكثير من المفاهيم لدى طلابنا. لنحتفل سوياً باليوم العالمي لمتلازمة داون



# ملخص الأسبوع

## اليوم العالمي للسعادة

يتم الاحتفال باليوم العالمي للسعادة في جميع أنحاء العالم في 20 مارس. تم تأسيسه من قبل الجمعية العامة للأمم المتحدة في 28 يونيو 2012. ويهدف اليوم العالمي للسعادة إلى جعل الناس في جميع أنحاء العالم يدركون أهمية السعادة في حياتهم. ركز الاحتفال بهذا اليوم بمدرسة المهارات على تشجيع جميع الموظفين والطلاب على تقدير الأشياء الصغيرة التي يملكونها بالحياة مهما بدت صغيرة أو بسيطة.



## معرض الكتاب

بوكتوبيا هي مكتبة تقع في دبي فستيفال سيتي مول زارت مدرستنا لمدة 4 أيام الأسبوع الماضي.

كان هناك أكثر من 200 كتاب معروض بأسعار مذهلة. كما قاموا بجلسة لسرد القصص للمرحلة الدنيا من الصفوف.

## مسابقات خارجية

شارك طلاب المهارات في مسابقات مختلفة وفازوا بها! كانت المسابقة الأولى هي DELF-DALF، وهي دبلومة اللغة الفرنسية الرسمية .

أما المسابقة الثانية فكانت مسابقة جامعة الإمارات للطيران بالرياضيات والتي أقيمت في 20 مارس. تم تكريم الطلاب على مشاركتهم وأدائهم الاستثنائي.





# ملخص الأسبوع

## حملة تنظيف الشاطئ

كجزء من مبادرة دولة الإمارات العربية المتحدة وجهودها المستمرة نحو الحفاظ على البيئة، شاركت SMS في حملة تنظيف الشاطئ التي تم تنظيمها بالتعاون مع بلدية دبي. استمتع طلاب الصف الخامس الأولاد وأصبحوا أعضاء فاعلين في المجتمع بهذه المشاركة.



## ورشة عمل إعادة التدوير

قدمت بلدية دبي لطلاب المرحلة الابتدائية ورشة عمل لإعادة التدوير تهدف إلى تعليم الطلاب تأثير البلاستيك وكيفية تحويل النفايات البلاستيكية إلى منتجات يستطيعون استخدامها يوميًا.

## تجهيزات رمضان

أغاني رمضان ، زينة وأضواء، فساتين ملونة وأجواء رائعة. كانت هذه استعدادات رمضان في مدرسة المهارات الحديثة. للتأكد من أن طلابنا يقومون بأعمال الخير كل يوم، جهزنا تقويمًا مدته 30 يومًا مخصص للأعمال الصالحة. انقر هنا لتحميله.





# صحتك تهمنا



د. أسماء حداد

## رمضان مبارك!

يمنتع المسلمون خلال شهر رمضان عن الطعام والشراب من الفجر حتى غروب الشمس. من المهم الحصول على الغذاء المناسب بين الإفطار والسحور حتى تكون مستعدًا لليوم التالي من الصيام.

**بعض النصائح البسيطة لمساعدتك على الحفاظ على لياقتك أثناء الصيام:**

**شرب الكثير من الماء بين الإفطار والسحور:** (10 أكواب على الأقل). يمكنك أيضًا زيادة تناول الماء عن طريق تناول الأطعمة مثل البطيخ والخيار.

**تناول الأطعمة المناسبة في السحور لضمان الصيام دون تعب :** يجب أن تكون وجبة السحور وجبة صحية توفر لك الطاقة الكافية لتستمر خلال الصيام.

**قم بتجديد مستويات الطاقة لديك عن طريق تناول وجبة إفطار صحية ومتوازنة:** تناول ثلاث تمرات للإفطار هي طريقة تقليدية وصحية لبدء الإفطار. التمر مصدر ممتاز للألياف. تناول الكثير من الخضار لتوفير الفيتامينات والعناصر الغذائية. اختر الحبوب الكاملة التي تمد الجسم بالطاقة والألياف ، وتجنب الأطعمة المقلية والمعالجة التي تحتوي على نسبة عالية من الدهون أو السكر. استمتع بوجبتك وتجنب الإفراط في الأكل عن طريق الأكل البطيء.

**النوم جيدًا،** فالنوم لفترة كافية سيساعدك على الحفاظ على لياقتك طوال فترة الصيام.





# دليلك نحو الرفاهية

## كيفية تحقيق أقصى استفادة من رمضان



لقد بدأ شهر رمضان للتو ، احرص على تحقيق أقصى استفادة من الشهر. يعتبر هذا الوقت المناسب لتغذية جسدك وروحك. يجب أن تكون منضبطًا في صيامك وصلواتك وعاداتك. حاول أن تعد نفسك جسديًا وروحانيًا لشهر رمضان. حدد نية الشهر واسعى لتحقيقها.

"نظم حياتك". وجهز نفسك لتحقيق أقصى استفادة من الشهر الفضيل. افعل ما عليك فعله لتظل على اطلاع بكل شيء خلال شهر رمضان. قد تجد أنه من الأسهل عليك الالتزام بجدول للصلاة والوجبات والطاعات إذا كنت قد اتبعت أسلوب حياة منضبطًا مسبقًا.

- رتب شؤونك. اعتني بأي شيء جاد عليك القيام به.
- لا تنسى الصدقة، فالحسنة بعشر أمثالها.
- اقضي وقتًا أطول مع عائلتك.
- حافظ على صلواتك بالمسجد.
- ابتعد عن السهر

إجازة سعيدة للجميع!





# ألبوم الصور

