



مدرسة الحكمة الدولية  
Al Hekma International School

# Parents Monthly Newsletter

February 2022

Dedicating our lives & hearts to building confident & motivated life-long learners.



**Ms. Maya Harb**  
Principal

**أ. مايا حرب**  
مدير مدرسة الحكمة الدولية

وعلى الرغم من التحديات التي فرضها الوباء، يواصل طلبة مدرسة الحكمة الدولية إثارة إعجاب الضيوف الذين يحضرون أنشطتنا المتنوعة. حيث أعربت السيدة عطاف شحادة (المستشارة البيئية في مملكة البحرين والمتحدث الضيف في مؤتمر السفراء الصغار للعام الدراسي ٢٠٢١-٢٠٢٢) عن مدى سعادتها وتأثرها بمستوى الثقة والمهارات القيادية المتميزة والمهارات التقديمية التي يتمتع بها طلبة المدرسة، ونحن بدورنا نقدر للسيدة عطاف تليبيتها الدعوة.

أعزائي أولياء الأمور،

بداية، أود أن أشكر جميع العاملين بمدرسة الحكمة على المرونة التي أظهرها خلال الظروف الاستثنائية.

خلال شهر يناير، فقد انتقل حوالي ٤٠٪ من طلبتنا إلى طريقة التعلم عن بعد واتبع البقية طريقة التعلم المدمج، حيث يحضر الطلبة في أيام محددة وفقاً لإرشادات وزارة التعليم. وقد تمكن أولياء الأمور والطلبة من التكيف بسهولة مع التغييرات المهمة التي طالت طريقة تعلم الطلبة بفضل مرونة المدرسة في تلبية طلبات أولياء الأمور بناءً على احتياجاتهم، والسرعة في التواصل، والمتابعة والدعم المستمر من المعلمين والمشرفين.

Dear all,

First and foremost, I would like to thank all AHIS stakeholders for the resilience they are showing during the exceptional circumstances.

During the month of January, around 40% of our students have moved to the online learning modality and the rest followed the hybrid learning modality where they attended school in-person on specific days following the Ministry of Education guidelines. Parents and students were able to adapt easily with the considerable changes in students' learning modality thanks to the flexibility of the school in accommodating to parents requests based on their needs, the promptness in communication, the follow-up and the constant support from teachers and supervisors.

Despite the challenges forced by the pandemic, AHIS students keep on impressing the guests that attend our special events. Ms. Etaf Chehadhe, Environmental Consultant based in Bahrain and the guest speaker of our Junior Ambassadors conference for the Academic year 2021-2022, was quite amazed by the level of confidence, the outstanding leadership skills and presentational skills of our students witnessed in this event.

Dear Parents,

This month was filled with engaging lessons, virtual events, sports fun activities, safety drills and so much more!

Our students have been learning about E-Safety as the school participated in the Cyber Security event that was marked this month. Therefore, I would like to remind all parents to be sure their children understand how to keep themselves safe when talking to their friends online, playing games, and when messaging each other.

It is important that you, as carers, take a lead in how children use their devices. Talk to them about how to use the technology appropriately and remind them about keeping themselves.

There are several ways to help keep children safe online:

- \*Tell them what they should do if anything goes wrong online or upsets them i.e. tell someone about it.
- \*Explain that anything shared online or by mobile phone could end up being seen by anyone
- \*Ensure computers and laptops are used where you can see and not out of sight
- \*Use parental settings, filtering software and privacy setting to block inappropriate sites and content.

I wish also to congratulate all grade 4 and 5 students and teachers involved on the very successful and Creative Economic and Career Education (ECE) virtual event celebration. It was beautifully done, thank you to everyone who played a role in creating this truly memorable experience.

On the other hand, students, teachers and staff enjoyed the outdoor Sports Day this month as it was celebrated on Thursday February 10th. We were happy to maintain the tradition of celebrating this national day, it was a fun day for everyone.

As we continue to navigate COVID on a daily basis, we will also start to see more cold and flu symptoms. If your child is experiencing any ill symptom such as a fever, cough, stuffy nose, headache, sore throat, or is vomiting, please keep them home and call the school nurse to report the absence and discuss next steps. A note upon the child's return to school is required to make the absence "legal" or "excused".

Thank you for your continued support.



**Ms. Rana Thikrallah**  
Vice Principal

**أ. رنا ذكر الله**  
نائب المدير

أولياء الأمور الأفاضل،

تحية طيبة وبعد....

تسعى مدرسة الحكمة الدولية دائماً للنهوض بالعملية التعليمية وفق خطة تطويرية مدروسة لذا كان هذا الشهر مليئاً بالدروس التفاعلية والأحداث الافتراضية والأنشطة الرياضية الترفيهية والتدريبات على السلامة وغير ذلك الكثير!

ومن أهم أحداث هذا الشهر هو حدث الأمن السيبراني حيث شاركت المدرسة في الاحتفال به هذا الشهر وحرصاً منا على إلمام جميع الطلبة بالمعلومات المتعلقة بالسلامة الإلكترونية. لذلك، تود مدرسة الحكمة الدولية أن تذكّر جميع أولياء الأمور التأكيد من أن أطفالهم يفهمون كيفية الحفاظ على سلامتهم عند التحدث إلى أصدقائهم عبر الإنترنت، وممارسة الألعاب، وعند تبادل الرسائل من المهم أن تكونوا متولين زمام المبادرة في كيفية استخدام الطلبة لأجهزتهم. تحدّث معهم حول كيفية استخدام التكنولوجيا بشكل مناسب وذكّرهم بالحفاظ على أنفسهم.

لذا سنقدم لكم مجموعة من النقاط التي قد تساعدكم في الحفاظ على أمان الأطفال عبر الإنترنت:

1- أخبرهم بما يجب عليهم فعله إذا حدث خطأ ما أرعجهم عبر الإنترنت، مثل إخبار أحد أفراد الأسرة عن ذلك.

2- اشرح أن أي شيء تتم مشاركته عبر الإنترنت أو عبر الهاتف المحمول يمكن أن ينتهي به الأمر إلى رؤيته من قبل أي شخص.

3- تأكد من استخدام أجهزة الكمبيوتر وأجهزة الكمبيوتر المحمولة في الأماكن التي يمكنك رؤيتها فيها وليس بعيداً عن الأنظار.

4- استخدم إعدادات الوالدين وبرامج التصفية وإعداد الخصوصية لحظر المواقع والمحتوى غير اللائقين

أود أيضاً أن أهنئ جميع طلاب الصفين الرابع والخامس والمعلمين المشاركين في الاحتفال الافتراضي الناجح للغاية للتعليم الاقتصادي والوظيفي، لقد تم القيام به بشكل جميل، شكراً لكل من لعب دوراً في إنشاء هذه التجربة التي لا تنسى حقاً.

من ناحية أخرى، استمتع الطلبة والمعلمون والموظفون باليوم الرياضي في الهواء الطلق هذا الشهر حيث تم الاحتفال به يوم الخميس 1 فبراير، وسعدنا بالحفاظ على تقليد الاحتفال بهذا اليوم الوطني، فقد كان يوماً ممتعاً وصحياً للجميع.

بينما تستمر حالات الرصد لحالات لفايروس كورونا المتحور، سنبدأ أيضاً في رؤية المزيد من أعراض البرد والإنفلونزا. لذا إذا كان طفلك يعاني من أي أعراض مرضية مثل الحمى أو السعال أو انسداد الأنف أو الصداع أو التهاب الحلق أو القيء، فيرجى إبقائه في المنزل والاتصال بمرمضة المدرسة للإبلاغ عن الغياب ومناقشة الخطوات التالية.

شكراً لدعمكم المتواصل



# AHIS JUNIOR AMBASSADORS CONFERENCE

Junior Ambassadors Conference (JAC) was held on 13th January . Each year, grade 4 and 5 students participate as young delegates to debate and discuss various global issues.

This year's Conference focused on the SDG Goal 15: Life on land under the topic 'Protection of endangered animals and threatened wildlife.' AHIS JAC has been successfully conducted virtually for the past three years in a row inspite of the current challenges due to the pandemic. Ms. Etaf Chehadhe , Environmental Consultant based in Bahrain was the guest speaker. Mohammad Allaaldin Yousef Mashal of grade 5 A was this year's Director General of the conference .

JAC provides students with opportunities to refine and exhibit the various 21st century skills .

AHIS always supports lifelong learning and what more can be a best opportunity for students than a conference like this where future leaders make their voice heard.



إنعقد مؤتمر السفراء الصغار (JAC) يوم الخميس الموافق ١٣ يناير ٢٠٢٢، حيث مثل المشاركون من مرحلة الصف الرابع والخامس الابتدائي أدوراً قيادية كسفراء للدول التي يمثلونها لمناقشة القضايا العالمية التي يتناولها المؤتمر كل عام.

وقد ركز المؤتمر هذا العام على الهدف الخامس عشر من أهداف التنمية المستدامة ( الحياة على الأرض) متناولاً موضوع حماية الحيوانات المهددة بالانقراض والحياة البرية.

وقد أسرنا هذا العام إستضافة السيدة عطف شحادة المستشارة البيئية لتكون الضيف المتحدث، كما افتخر الطاقم الإداري والأكاديمي في المدرسة بجميع الطلبة المشاركين كسفراء لدول المؤتمر و بالمدير العام للمؤتمر الطالب محمد علاء من الصف الخامس.

وكما عهدت المدرسة دوماً يتم إقامة هذا المؤتمر كل عام لتوفير الفرص التي يحتاجها الطلبة لصقل واكتساب مهارات القرن الحادي والعشرين ، ولدعم رسالة المدرسة لبناء أفراد متعلمين مدى الحياة ، وما الذي من الممكن ان يكون افضل من مثل هذا المؤتمر ليكون منصة لسماع أصوات قادة المستقبل، سفراء الحكمة الصغار

# كيف أذاكر قبل الامتحان

## طلبنا الأجزاء

- قواعد تجعل دراستك نافعة ومفيدة :
- تلخيص المادة الدراسية؛ وذلك عن طريق تحديد النقاط الأساسية في الدروس.
- دراسة الرسوم التوضيحية إن وُجدت، والتدرّب على رسمها وكتابة أجزاءها.
- التأكد من فهم الدرس؛ وذلك عن طريق الإجابة عن التمارين الموجودة في نهايته.
- وضع أسئلة لمواضيع الدرس، ثمّ إجابتها بشكل صحيح.
- تعزيز الثقة بالنفس، بإيمان الطالب بقدرته على الدراسة الناجحة.
- اتّباع الطالب أسلوبه الخاص والمناسب في الدراسة.
- اعتماد الطالب على تسميع المادّة التي قام بدراستها.
- مراجعة الطالب ما درسه من القوانين والقواعد والنظريات قبل التّوم

إنّ الغاية من إجراء الامتحان هي معرفة مدى فهم الطالب واحتفاظه بالمعلومات التي درسها، وعلى الطالب الاستعداد للامتحان، كما يتحقّق على الأهل مساعدة أبنائهم في الاستعداد للامتحان؛ ليخفّفوا عليهم الشّعور بالخوف والقلق من الامتحان. والمذاكرة الصّحيحة قبل الامتحان تُقلّل ارتباك الطالب، فبعض الطلبة قد يمتلكون الجرأة والكفاءة المناسبة لمواجهة القلق والخوف، والبعض الآخر قد تكون لديهم ردود فعل عكسيّة، مثل: التّسيان، أو فقد التوازن بسبب الضغط والتوتر النفسي، ولكنّ ردود الفعل هذه لا علاقة لها بمستوى ذكاء الطالب.

## تعريف الامتحان

الامتحان هو تقييم لأسلوب الطالب في مذاكرة المواد الدراسية، وقدرته على تنظيمها وتنظيم المعلومات، كما أنّه أسلوب لقياس مدى إتقان الطالب لهذه المواد، وتقييم مستواه دراسياً، الأمر الذي يوجب عليه الاستعداد والمذاكرة، للحصول على أعلى الدرجات، والوصول إلى التّفوّق.

## من أهمّ مهارات الاستعداد للامتحان، ما يأتي:

1. دراسة المادّة قبل يوم الامتحان بفترة كافية.
2. الاستفادة من أسئلة الامتحانات السابقة، ومحاولة الإجابة عنها.
3. تدوين الطالب ملاحظاته أثناء الدراسة، وتلخيص المادّة؛ ليتمكّن من الرجوع إليها عند مراجعته لمادّة الامتحان.
4. قراءة مادّة الامتحان بتركيز وتأنّ.
5. مناقشة المادّة مناقشة جماعيّة؛ فالمناقشة الجماعيّة أفضل من الدراسة الجماعيّة.
6. حلّ تمارين كلّ درس.
7. تقسيم المواد التي سيتّومّ دراستها يومياً، والحرص على التنوع في المواد؛ لتجنّب الملل الدراسي.
8. ترتيب الأوراق والملخّصات حسب المادّة الدراسيّة.
9. مكافأة الطالب لنفسه عند إتمام الأهداف المطلوبة قبل موعدها، مثل: الترفيه عن النفس بعمل نشاط ما.
10. تجنّب الإفراط في السهر والمذاكرة ليلة الامتحان، فقد يهلك هذا العقل والفكر، لذلك فلا داعي للمذاكرة ليلة الامتحان، وإنّما يُكتفى بالمراجعة السريعة، وأخذ قسط كافٍ من النوم. عدم القلق والخوف من الامتحان. تجهيز الأدوات المكتبيّة كاملة ليلة الامتحان.





### دور الأهل في المذاكرة

**دور الآباء والأمهات ضروري لتحفيز الأبناء على الدراسة، ومن أهم الأمور التي يجب على الآباء القيام بها لمساعدة أبنائهم على المذاكرة:**

- تهيئة المكان المناسب للمذاكرة، وأداء الواجبات الدراسية اليومية.
- الإشراف على أداء الواجبات المدرسية. جعل الواجب المدرسي اليومي في سلم الأولويات.
- تشجيع الأبناء على القراءة والمطالعة.
- تنظيم وقت الأبناء من حيث أوقات الدراسة، وأوقات اللعب، وأوقات مشاهدة برامج التلفاز.
- متابعة الأبناء دراسياً، والحرص على التواصل مع المعلمين من فترة لأخرى.
- مناقشة الطالب؛ لمعرفة سبب حصوله على درجات منخفضة إذا حصل ذلك.
- مراجعة إجابات الطالب وتصحيح الإجابات الخاطئة منها؛ حتى يتمكن الطالب من التعلم من أخطائه.
- متابعة حضور الطالب المدرسي بانتظام، فذلك يساعده على تحسين أدائه في الاختبارات.
- تعزيز ثقة الطالب بنفسه؛ فذلك يساعده على تجنب قلق الاختبار، واجتيازه بشكل أفضل.

### نصائح تعين على المذاكرة الناجحة :

- المداومة على الصلاة في وقتها؛ فهي تنشط الجسم وتريح الأعصاب، وتزيد القدرة على التركيز.
- تنظيم الوقت، وتحديد وقت البدء بالمذاكرة ووقت الانتهاء منها.
- تخصيص وقت للراحة، وليكن مثلاً عند العودة إلى المنزل وتناول الغداء.
- المحافظة على الغذاء الصحي، وعدم إهمال الطالب لوجباته الرئيسية.
- عدم إطالة السهر، والتأكد من أخذ القسط الكافي من النوم.
- تناول بعض العصائر، والوجبات الخفيفة، والفاكهة أثناء الدراسة، وعدم الإكثار من المشروبات التي تحتوي مادة الكافيين، مثل: الشاي والقهوة.
- ترك وقت للاستراحة والترفيه عن النفس.
- مراجعة مادة الامتحان في أوقات متقاربة.
- اختيار المكان المناسب والمريح للمذاكرة.
- المباشرة بين أوقات مراجعة الدروس، أو المواد ذات المعلومات المتشابهة.
- التأكد من فهم الدرس والاحتفاظ بالمعلومات قبل الانتقال إلى درس آخر.
- التأكد من فهم المادة الدراسية، والرجوع إلى معلم المادة إذا وجدت أية صعوبة في فهم المادة.

### قسم الإرشاد الاجتماعي

Dear MS and HS parents,

Congratulations on your hard work during this first semester! As usual, the time flew and we already started our second semester. I am very proud of how our students have worked hard, sought the help of their teachers, and put forth the extraordinary effort needed to succeed in thought-provoking and challenging coursework and conquer academic demands. Across middle and high school, student grades are improving.

This is a true testament to all the work done at school and at home since the start of the school year. So, let's keep the positive growth going with the coordinated efforts between home and school.

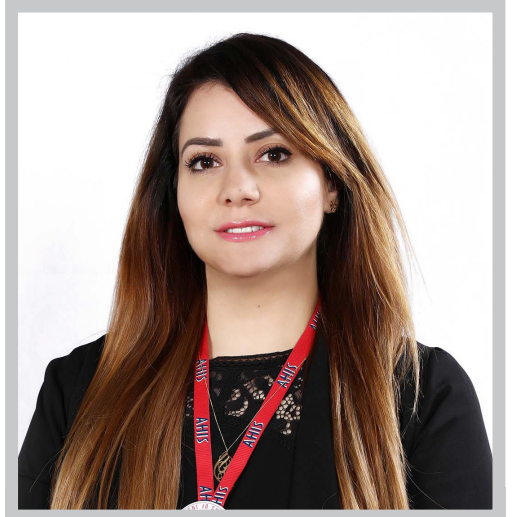
January was a busy month as we administered our high school midterm exams, and as teachers and students wrapped up the first semester. Looking ahead, HS report cards will be available to students and parents through Digital Campus on February 7. The second HS virtual parent meeting is scheduled between February 8-13 2022.

College acceptances and scholarships are coming in at a rapid pace for the Class of 2022!

I would like to remind students and parents of the AHIS attendance policy. It is imperative that students attend every class every day, in order to receive the best possible education and opportunities for success.

Teachers, Social Counselors, and Administrators will work together to keep parents and students informed, and in extreme cases will collaborate to develop and implement attendance action plans.

As always, I wish to express our sincere gratitude toward our entire school community. We would not be the amazing school that we are without the help and support of all of you. Thank you and may you stay safe and healthy.



**Ms. Rasha Al Najjar**  
MS&HS Assistant Principal

**أ. رشا النجار**  
المدير المساعد  
للمرحلتين الإعدادية والثانوية

وطلابنا مقبلون على مرحلة القبول في الجامعات والتقدم للمنح الدراسية، أود هنا أن أذكر بسياسة الحضور في مدرسة الحكمة الدولية. فمن الضروري أن يحضر الطلاب كل الأيام الدراسية، من أجل الحصول على أفضل تعليم ممكن والحصول على أفضل فرص للنجاح. وسيعمل المعلمون والمستشارون الاجتماعيون والإداريون معا لإحاطة أولياء الأمور والطلاب بكل جديد، وفي الحالات القصوى سيتعاونون لوضع وتنفيذ خطط عمل الحضور. وكما هو الحال دائما، أود أن أعرب عن امتناننا الصادق تجاه مجتمعنا المدرسي بأكمله، فلن نكون المدرسة المميزة التي نحن عليها بدون مساعدتكم ودعمكم جميعا. شكرا لكم.

أعزائي أولياء الأمور  
نقدر لكم الجهود الكبيرة التي بذلت خلال الفصل الدراسي الأول! وكالعادة، نفذ الوقت وبدأنا بالفعل فصلنا الدراسي الثاني. لكنني أثنى على الجهود الجادة وغير العادية التي بذلها طلابنا بدعم وإرشاد معلمهم، لاجتياز تلك المرحلة والتغلب على كل العقبات لتحقيق الأهداف التعليمية والتربوية المنشودة. وهذا مؤشر حقيقي لنجاح التعاون بين المدرسة والبيت منذ بداية العام الدراسي. لذا، دعونا نستمر في هذا التعاون الإيجابي. وقد كان شهر يناير شهرا حافلا بالإنجازات، حيث قمنا بعقد الامتحانات النصف النهائية للمرحلة الثانوية، بينما كان المعلمون والطلبة يهتمون الفصل الدراسي الأول. وستكون بطاقات تقارير المرحلة الثانوية متاحة للطلاب وأولياء الأمور من خلال نظام المدرسة الإلكتروني في ٧ فبراير. ومن المقرر عقد الاجتماع الثاني للآباء بين ٨ و١٣ فبراير ٢٠٢٢.



Fully Accredited by MSA (USA) & Cognia (USA)

## Let Al Hekma Lead You to Success!

We strive to provide students with a balanced international standard education with emphasis on developing their social, global and cultural skills. Al Hekma strives to build accountable, confident and motivated lifelong learners.

Tel.: 17620820 - 17623999  
Fax: 17624800,  
P.O.Box: 26489, Kingdom of Bahrain,  
E-mail: info@alhekma.com  
www.alhekma.com

@ahisbh



مدرسة الحكمة الدولية  
Al Hekma International School