



**Dedicated to delivering
Amazing Learning**

**Weekly Update
Term 1.2 , Week 5, 24th November 2023**

**Dear families,
UAE Ambassadors**

We were delighted to award our UAE ambassadors their lanyards in an award ceremony this week. Many congratulations to you all; we are delighted that you are representing the school, and the values of the UAE.

الطلاب سفراء دولة الإمارات العربية المتحدة

لقد سعدنا بمنح طلابنا سفراء دولة الإمارات العربية المتحدة بطاقتهم لحفل توزيع الجوائز هذا الأسبوع. ألف مبروك لكم جميعاً؛ يسعدنا أنكم تمثلون مدرستنا وقيم دولة الإمارات العربية المتحدة.

ADNOC Stem for Life

This week our scholarship students had the opportunity to take part in a virtual field trip as part of the ADNOC STEM for life net zero challenge. This was the first of a series that will help them create their group project to present to ADNOC in the net zero challenge. We look forward to supporting their progress in the coming weeks!

أدнок STEM FOR LIFE

أتيحنا الفرصة لطلابنا هذا الأسبوع للمشاركة في رحلة ميدانية افتراضية كجزء من تحدي أدنوك للعلوم والتكنولوجيا والهندسة والرياضيات (STEM) من أجل خفض الانبعاثات الكربونية. وهذه هي المبادرة الأولى من سلسلة مشاريع سوف تساعدكم في إنشاء مشروعهم الجماعي لتقديمه إلى أدنوك في تحدي صافي الانبعاثات الصفرية. ونحن نتطلع إلى دعم تقدمهم في الأسابيع المقبلة!

Netball

Congratulations to our U15 Girls netball team on participating in their first ever netball tournament! In the first round they came 4th in their group with one draw and two losses. In the second round of the competition they won one game and drew one resulting in them winning the shield! Many of the coaches from the other schools complimented the Aspen Heights team on their level of play and friendliness! Congratulations to all the girls for their determination and fair play. Thanks to coach Zoe for all her hard work in preparing for the tournament

كرة الشبكة

تهانينا لفريق كرة الشبكة للفتيات تحت سن 15 عامًا على المشاركة في أول بطولة لكرة الشبكة على الإطلاق! وفي الجولة الأولى احتل فريقنا المركز الرابع في مجموعتهن بتعادل واحد وخسارة مرتين. وفي الجولة الثانية من المسابقة فزن بمباراة واحدة و تعادلن في مباراة أخرى مما أدى إلى فوزهن بالدرع! أثنى العديد من المدربين من المدارس الأخرى على فريق أسبن هايتس على مستوى اللعب الودي الذي قدموه! تهانينا لجميع الفتيات على تصميمهن واللعب الرائع. شكرًا للمدربة زوي على كل ما بذلته من جهد في التحضير للبطولة.



ISP Chess-masters

This week we are really proud to announce that Aspen Heights won first place in the Regional Tournaments across Europe and the Middle East! We won first place in both the junior and senior categories. Well done to all of our chess players who participated in the ISP Chess Tournament, thank you for your dedication and hard work!

الشطرنج

نحن فخورون جدًا هذا الأسبوع بالإعلان عن فوز أسبن هايتس بالمركز الأول في البطولات الإقليمية في جميع أنحاء أوروبا والشرق الأوسط! حصلنا على المركز الأول في فئتي الناشئين والكبار. مرحى لجميع لاعبي الشطرنج الذين شاركوا في بطولة ISP للشطرنج، شكرًا لكم على تفانيكم و عملكم الجاد!

Yalla Return

How are we working towards our sustainability goals? Aspen Heights is the first school in Abu Dhabi to work with the recycling company Yalla Return. We are launching a programme to help our school and our school community become active participants in sustainable living. We're doing this through offering families a Yalla Return Kit, you need to fill the bags and drop them in our smart bin for reward vouchers and points! Keep an eye out on your weekly email for Yalla Return information and sign up form!

Yalla Return

يلا نحولها

كيف نعمل على تحقيق أهداف الاستدامة لدينا؟ أسبن هايتس هي أول مدرسة في أبوظبي تعمل مع شركة إعادة التدوير يلا نحولها. نحن نطلق برنامجًا لمساعدة مدرستنا ومجتمعنا المدرسي على أن يصبحوا مشاركين نشطين في الحياة المستدامة. نحن نفعل ذلك من خلال تقديم مجموعة يلا نحولها للعائلات، حيث يتعين عليك ملء الحقائب وإسقاطها في الصندوق الذكي للحصول على قسائم و نقاط المكافآت! راقب بريدك الإلكتروني الأسبوعي للحصول على معلومات يلا نحولها ونموذج التسجيل!

YALLA RETURN

Zayed Charity Run

If you have no plans this weekend, please see information that has been shared with us regarding a family fun run:

Under the patronage of His Highness Sheikh Hamdan Bin Zayed Al Nahyan, Ruler's Representative in the Al Dhafra Region, the Zayed Charity Run returns this year, to continue delivering its message of goodness, giving and humanity. The proceeds from the first race, which will be held on Al Reem Island in Abu Dhabi, shall be donated via the Emirates Red Crescent towards supporting research and innovative treatments in combating cancer at the Abu Dhabi Stem Cell Centre.

إذا لم تكن لديك أي خطط في نهاية هذا الأسبوع، فيرجى الاطلاع على المعلومات التي تمت مشاركتها معنا عن الجري العائلي الممتع:

تحت رعاية سمو الشيخ حمدان بن زايد آل نهيان، ممثل الحاكم في منطقة الظفرة، يعود سباق زايد الخيري هذا العام، ليوصل إيصال رسالته في الخير والعطاء والانسانية. وسيتم التبرع بعائدات السباق الأول، الذي سيقام في جزيرة الريم في أبوظبي، عبر هيئة الهلال الأحمر الإماراتي لدعم الأبحاث والعلاجات المبتكرة في مكافحة السرطان في مركز أبوظبي للخلايا الجذعية.

Things to Know about the Run:

Zayed Charity Run will start on Saturday November 25, 2023 at 7:00am in Reem Island, Abu Dhabi (starting line Reem Mall)

Race Categories:

3K Family Fun Run Participation is open to all age groups from 4 years and above. Young students can register with their family members or accompanied by school supervisors.

5K Run Age Groups 12 years old and above

10K Run Age Groups 15 years and above Registration closes on 23.11.2023 at 11:59 PM

Total Cash Prize of One Million Dirhams.



Run T-shirts and Bib numbers will be distributed on the day of the event at 5:00 am, and two days before the event day at Reem Mall.

All runners who complete the race will get the Zayed Charity Run Finisher medal.

The individual registration fee in the run is AED 57 per person, please find the link below for registration along with the attached QR code.

www.premieronline.com/event/zayed_charity_run_2023_6560

أشياء يجب معرفتها عن سباق الجري:

سيبدأ سباق زايد الخيري يوم السبت 25 نوفمبر 2023 عند الساعة 7:00 صباحاً في جزيرة الريم، أبوظبي (خط البداية الريم مول)

فئات السباق:

المشاركة في سباق 3 كلم للعائلات مفتوح لجميع الفئات العمرية من 4 سنوات فما فوق. يمكن للطلاب الصغار التسجيل مع أفراد أسرهم أو برفقة مشرفي المدرسة.

سباق 5 كلم للفئات العمرية 12 سنة فما فوق

سباق 10 كلم للفئات العمرية 15 سنة فما فوق يغلق التسجيل بتاريخ 23/11/2023 عند الساعة 11:59 مساءً

إجمالي الجائزة النقدية مليون درهم.

سيتم توزيع قمصان وأرقام الجري في يوم الفعالية عند الساعة 5:00 صباحاً، وقبل يومين من يوم الفعالية في الريم مول.

سيحصل جميع المتسابقين الذين يكملون السباق على ميدالية زايد للجري الخيري.

رسوم التسجيل الفردي في السباق هي 57 درهماً إماراتياً للشخص الواحد، يرجى الاطلاع على الرابط أدناه للتسجيل مع رمز الاستجابة السريعة المرفق.

www.premieronline.com/event/zayed_charity_run_2023_6560



This Week...

Book Fair

Our children had the exciting opportunity to attend the Book Fair this week which took place in the Gallery Cafe. During the week the children explored the books available, their class teacher read the children a story, and lots of children were excited to purchase books to take home. We are really pleased to see the children being independent and self-selecting books that interest them. Thank you to our librarian, Ms Raqya, for organising the Book Fair alongside Sharjah International Book Company.



هذا الاسبوع...

معرض الكتاب

حظي طلابنا بفرصة رائعة لحضور معرض الكتاب هذا الاسبوع والذي أقيم في جاليري الكافيه. خلال الاسبوع، استكشف الطلاب الكتب المتاحة، وقرأ معلم صفهم قصة للأطفال، وكان الكثير من الطلاب متحمسين لشراء الكتب لأخذها إلى المنزل. يسعدنا حقًا أن نرى طلابنا مستقلين ويختارون بأنفسهم الكتب التي تهتمهم. شكرًا لأمانة مكتبتنا السيدة رقية على تنظيم معرض الكتاب بالتعاون مع شركة الشارقة الدولية للكتاب

Year 1 Trip to The National Aquarium

Year 1 visited the National Aquarium this week, they were amazed to see the turtles and found out about how the National Aquarium keeps them safe. They then learnt about different creatures that live in different areas of the ocean. They compared and grouped different animals and were amazed to see how many different animals lived under water. They found lots of facts and some children even decided which creature they would like to research for their report. The children were also able to look at freshwater animals and explore the rainforest!

رحلة طلاب الصف الأول إلى أبوظبي ناشيونال أكواريوم

زار طلاب الصف الأول أبوظبي ناشيونال أكواريوم هذا الاسبوع، وقد اندهشوا من رؤية السلاحف واكتشفوا كيف يحافظ ناشيونال أكواريوم على سلامتهم. ثم تعرفوا على المخلوقات المختلفة التي تعيش في مناطق مختلفة من المحيط. وقاموا بمقارنة الحيوانات المختلفة وجمعها في مجموعات، واندهشوا عندما شاهدوا عدد الحيوانات المختلفة التي تعيش تحت الماء. لقد تعرفوا على الكثير من الحقائق، حتى أن بعض الأطفال قرروا أي مخلوق يرغبون في إجراء بحث عنه في تقريرهم. كما تمكن الأطفال من رؤية حيوانات المياه العذبة واستكشاف الغابات المطيرة!

Year 10 Trip to Sea World

The Y10&11 students had an absolute blast at SeaWorld Yas Island on Wednesday. Highlights of the trip included the amazing dolphin show, the Manta roller coaster which some people braved SEVEN times and the opportunity to touch manta rays and carpet sharks. This is an experience they won't forget soon!

رحلة الصف العاشر إلى سي وورلد

استمتع طلاب الصف العاشر والحادي عشر بمتعة مطلقة في سي وورلد جزيرة ياس يوم الأربعاء. تضمنت أبرز أحداث الرحلة عرض الدلافين المذهل، و أفعوانية مانتا التي تحداها بعض الأشخاص سبع مرات، وفرصة لمس أسماك شيطان البحر وأسماك القرش السجادية. هذه تجربة لن ينسوها قريبًا!

FS2 Trip to Mazaara Farm

This week our FS2 children visited our local Farm, Mazraa in Al Bahyah. The children loved seeing all the animals and saw some of them being fed! They saw how food grows from the Earth and were able to label some of the plants that give us fruits and vegetables. The children were amazed to find out tiny seeds give us apples, tomatoes and watermelons! They also really enjoyed having a well deserved ice cream after all that learning!

رحلة طلاب الروضة الثانية إلى حقل المزرعة

قام أطفالنا في مرحلة الروضة الثانية هذا الاسبوع بزيارة حقل المزرعة في الباهية. أحب الأطفال رؤية جميع الحيوانات وشاهدوا كيفية إطعام بعضها! لقد رأوا كيف ينمو النبات من الأرض، وتمكنوا من وضع علامات على بعض النباتات التي تعطينا الفواكه والخضروات. اندهش الأطفال عندما اكتشفوا أن البذور الصغيرة تعطينا التفاح والطماطم والبطيخ! لقد استمتعوا أيضًا حقًا بتناول الآيس كريم الذي استحقه الأطفال بعد كل هذا التعلم!

EYFS Phonics Workshop

This week we hosted our 'Phonics in the Early Years' Workshop. Parents and families were invited to join us to deepen their understanding of phonics including how we support reading and writing in school. We covered how we teach sounds, how these sounds further support word reading and writing, and many other practical ideas you can do at home to practice! We also discussed home reading books, diaries and the importance of reading daily to encourage a love of reading within your children. Thank you to those who attended! See the [slides here](#).



ورشة عمل الصوتيات لمراحل الروضة

استضيفنا هذا الأسبوع ورشة عمل "الصوتيات في مراحل الروضة. تمت دعوة أولياء الأمور والعائلات للانضمام إلينا لتعميق فهمهم للصوتيات بما في ذلك كيفية دعمنا للقراءة والكتابة في المدرسة. لقد تناولنا كيفية تعليم الأصوات، وكيف تدعم هذه الأصوات قراءة الكلمات وكتابتها، والعديد من الأفكار العملية الأخرى التي يمكنك القيام بها في المنزل للتدرب عليها! ناقشنا أيضًا كتب القراءة المنزلية وأهمية القراءة يوميًا لتشجيع حب القراءة لدى أطفالك. شكرًا لمن حضر! يمكنك العثور على العرض [التقديمي هنا](#).

Primary PSHE and Wellbeing Curriculum Family Workshop

This week we hosted our PSHE and Wellbeing Curriculum Workshop. During the workshop, we covered what PSHE is, and the importance of it for academic achievement. At Aspen we follow a specific PSHE and Wellbeing Curriculum that is internationally recognised. Within the curriculum children learn about taking care of their bodies, their minds, their relationships (friendships, family and respect for others) and taking care of themselves and the world. Through PSHE we support children to develop positive coping skills, how to have success and achieve in all areas of their lives and how to deal with conflict.

You can find the slides to the presentation here: [PSHE Curriculum.pptx](#)

ورشة عمل عائلية عن مناهج الصحة النفسية (PSHE)

استضيفنا هذا الأسبوع ورشة عمل مناهج الصحة النفسية PSHE. تحدثنا خلال الورشة عن أهمية الصحة النفسية في التحصيل الدراسي. في أسبن، نتبع منهجًا محددًا للصحة والسلامة المهنية والرفاهية معترف به دوليًا. يتعلم الطلاب ضمن المنهج الدراسي كيفية العناية بأجسادهم وعقولهم وعلاقاتهم (الصداقات والأسرة والآخرين) ورعاية أنفسهم والعالم. من خلال PSHE، ندعم الطلاب لتطوير مهارات التكيف الإيجابية، وكيفية تحقيق النجاح والإنجاز في جميع مجالات حياتهم وكيفية التعامل مع النزاعات.

يمكنك العثور على العرض التقديمي هنا: [PSHE CURRICULUM.PPTX](#)

EAL & ELL - Accelerated Reader

This week we presented the EAL & ELL parent workshop where we discussed the barriers of learning within the classroom and what support and interventions are now available to develop them at Aspen Heights British School. We discussed online educational tools, used by teachers to support EAL students and also demonstrated 'Learning Village' which can be used at home to improve speaking, listening, reading and writing English skills. We shared a live demonstration of 'Myon' which is on the 'AR reading' platform, and discussed how parents could share 20 minutes a day using the reading platform at home to improve reading skills. You can find the slides to the presentation here: [EAL - LV Family workshop 23rd Nov](#)

القارئ السريع

قدمنا هذا الأسبوع ورشة عمل لأولياء الأمور عن EAL & ELL حيث ناقشنا عوائق التعلم داخل الفصل الدراسي وما هي وسائل الدعم والتدخلات المتاحة الآن لتطويرها في مدرسة أسبن هايتس البريطانية. ناقشنا الأدوات التعليمية عبر الإنترنت، التي يستخدمها المعلمون لدعم طلاب اللغة الإنجليزية كلغة أجنبية (EAL) وقمنا أيضًا بعرض "قرية التعلم" التي يمكن استخدامها في المنزل لتحسين مهارات التحدث والاستماع والقراءة والكتابة باللغة الإنجليزية. شاركنا عرضًا حيًا لـ "MYON" الموجود على منصة "AR READING"، وناقشنا كيف يمكن للوالدين مشاركة 20 دقيقة يوميًا باستخدام منصة القراءة في المنزل لتحسين مهارات القراءة. يمكنك العثور على العرض التقديمي هنا: [EAL - LV FAMILY WORKSHOP 23RD NOV](#)

House Day for KS2

What a fantastic House Day! Based on the learning that has taken place in the children's PE lessons, they used their skills that they had learned from handball and applied it to their house day competitions. The children were great team players, cheered each other on, and enjoyed the team spirit of the day! We're excited to see the results and which house has won!

اليوم الرياضي للمرحلة التأسيسية 2 (KS2) من الصف 3 إلى الصف 6:

يا له من يوم رياضي رائع! واستنادًا إلى دروس التربية البدنية للأطفال، استخدموا مهاراتهم التي تعلموها من كرة اليد وقاموا بتطبيقها في مسابقتهم اليومية. كان الأطفال لاعبين رائعين في الفريق، وشجعوا بعضهم البعض، واستمتعوا بروح الفريق التي سادت اليوم! نحن متحمسون لرؤية النتائج لمعرفة الفائزين!



Key Stage 2 House Day



Next Week

Community Craft

Monday 27th November- Community Craft event 3pm - 3.45pm- 20 AED per person. We are inviting families to participate in a craft event where you can UAE colour themed slime, along with UAE tote bags for National Day. Each ticket costs 20 AED; shawarma and falafel will be provided! Please sign up here if you would like to attend: [National Day Craft Event](#)

يوم الإثنين الموافق 27 نوفمبر:

فعاليات الأنشطة الحرفية لأولياء الأمور من الساعة 3 إلى 3:45 - رسوم الاشتراك 20 درهم لكل شخص. ندعو أولياء الأمور للمشاركة في فعاليات الأنشطة الحرفية حيث سيتم تنظيم نشاط السلايم بألوان علم الإمارات بالإضافة إلى تصميم حقائب اليد الخاصة بالعيد الوطني. سعر التذكرة 20 درهم لكل شخص. سيتم تقديم أثناء ذلك وجبة الشاورما و الفلافل . نرجو لمن يرغب في الحضور، التسجيل على الرابط التالي: [NATIONAL DAY CRAFT EVENT](#)

National Day

The 52nd UAE National Day is approaching and we are excited to celebrate this special day on Tuesday, 28th November.

We are so delighted to inform you that our school celebrations will take place on Tuesday, 28th November, and we are really looking forward to welcoming the entire Aspen community to join us on this special occasion.

We are excited to share with you our plans for National Day 2023 and the parents expectations here: [AHBS National Day - Parent Expectations](#)

We would really appreciate it and be thankful to any contributions to organizing the celebrations of the day.

Please sign up here as to how you can support- with food for our traditional buffet, henna, face painting, nail varnish painting, arts and crafts activities, bringing in UAE animals such as a camel, or a falcon, artifacts, or by supporting a stall.

Please complete the google form here: [National Day 2023 Families Contributions](#)

اليوم الوطني

يقترّب اليوم الوطني الثاني والخمسين لدولة الإمارات العربية المتحدة، و يسعدنا أن نحتفل بهذا اليوم المميز يوم الثلاثاء 28 نوفمبر.

يسعدنا جداً أن نعلمكم أن احتفالات مدرستنا ستقام يوم الثلاثاء، 28 نوفمبر، ونحن نتطلع حقاً إلى الترحيب بمجتمع أسبن بأكمله للانضمام إلينا في هذه المناسبة الخاصة.

نود أن نشارككم خططنا لليوم الوطني 2023 وتوقعات أولياء الأمور هنا:

[AHBS NATIONAL DAY - PARENT EXPECTATIONS](#)

سنكون شاكرين لأي مساهمات في تنظيم الاحتفالات بهذا اليوم! ونحن نقدر ذلك حقاً . يرجى التسجيل هنا للتعرف على كيفية تقديم الدعم - من خلال توفير الطعام إلى البوفيه التقليدي، والحناء، والرسم على الوجه، وطلاء الأظافر، وأنشطة الفنون والحرف اليدوية، وإحضار الحيوانات التي تعيش في دولة الإمارات مثل الجمل أو الصقر، أو المصنوعات اليدوية، أو من خلال دعم الأكشاك.

يرجى ملء نموذج جوجل هنا: [NATIONAL DAY 2023 FAMILIES CONTRIBUTIONS](#)



Our Future Starts Now

As an integral part of the transformative initiative, 'Our Future Starts Now,' we are thrilled to unveil a part of the program - the participation of two finalists who will deliver impactful two-minute talks, one in English and one in Arabic. These speeches will be centred around significant global goals, specifically Goal 1, addressing the eradication of poverty, and Goal 10, focusing on the reduction of inequalities. The diversity of language and content aligns with our commitment to inclusivity and understanding. We eagerly anticipate witnessing the enthusiasm and exceptional talents of our participants as they share their insights on these critical issues. This event not only fosters linguistic diversity but also serves as a platform for the expression of unique perspectives, reflecting our collective dedication to shaping a brighter future.

مستقبلنا يبدأ الآن

كجزء لا يتجزأ من المبادرة التحويلية، "مستقبلنا يبدأ الآن"، يسعدنا أن نكشف عن جزء من البرنامج - وهو مشاركة اثنين من المتأهلين للتصفيات النهائية الذين سيقدمون محادثات مؤثرة مدتها دقيقتان، واحدة باللغة الإنجليزية والأخرى باللغة العربية. تتمحور هذه الخطابات حول الأهداف العالمية الهامة، وتحديدًا الهدف 1، الذي يتناول القضاء على الفقر، والهدف 10، الذي يركز على الحد من عدم المساواة. يتوافق تنوع اللغة والمحتوى مع التزامنا بالشمولية والتفاهم. ونحن نتوقع بفارغ الصبر أن نشهد الحماس والمواهب الاستثنائية للمشاركين لدينا وهم يشاركون وجهات نظرهم حول هذه القضايا الحاسمة. لا يعزز هذا الحدث التنوع اللغوي فحسب، بل يعمل أيضًا كمنصة للتعبير عن وجهات نظر فريدة، مما يعكس تفانينا الجماعي في تشكيل مستقبل أكثر إشراقًا.

Commemoration Day

Thursday 30th November is commemoration day across the UAE. This day is designated to recognise the sacrifices and dedication of those who have given their lives in conflicts.

and based on ADEK Commemoration Day Guide received this week, All federal and local entities shall lower of the UAE flag, and mark the event by a minute's silence at 11.30. The flag will be raised once again at 11.31. Families are invited to join our UAE ambassadors and student council in the main courtyard from 11.25 on Thursday 30th November.

يوم الشهيد

الخميس 30 نوفمبر هو يوم الشهيد في جميع أنحاء دولة الإمارات العربية المتحدة. تم تخصيص هذا اليوم للاعتراف بتضحيات وتفاني أولئك الذين ضحوا بحياتهم في الصراعات.

واستناداً إلى توجيهات دائرة التعليم والمعرفة هذا الأسبوع، يجب على جميع الجهات الاتحادية والمحلية إنزال علم دولة الإمارات العربية المتحدة، والوقوف دقيقة صمت عند الساعة 11.30. سيتم رفع العلم مرة أخرى عند الساعة 11.31. ندعو العائلات للانضمام إلى طلابنا سفراء دولة الإمارات العربية المتحدة ومجلس الطلاب في الساحة الرئيسية من الساعة 11.25 يوم الخميس 30 نوفمبر.

Attendance

This week the best attendance in EYFS goes to FS2 Bulbuls with 92.6% attendance. Well done Bulbuls!
This week the best attendance in KS1 goes to Y2 Leopards with 96.9% attendance!!! Well done Leopards!
This week the best attendance in KS2 goes to Y3 Ostriches with 100% attendance!!! Well done Ostriches!
This week the best attendance in Secondary goes to Year 7 Reem and Year 9 Massnoua, both with 100% attendance. Well done Reem and Massnoua!

حضور الطلاب

أفضل حضور في مراحل الروضة هذا الأسبوع، كان من نصيب BULBUL FS2 بنسبة حضور 92.6%. أحسنتم!
أفضل حضور في مرحلة الأساسية الأولى (الصف الأول والثاني) هذا الأسبوع، كان من نصيب LEOPARDS بنسبة حضور 96.9%!!! أحسنتم!
أفضل حضور في المرحلة الأساسية الثانية (الصف 3-6) هذا الأسبوع، كان من نصيب OSTRICHES بنسبة حضور 100%!!! أحسنتم!
أما أفضل حضور في المرحلة الثانوية هذا الأسبوع، هو للصف السابع REEM والصف التاسع MASSNOUA وكلاهما بنسبة حضور 100%. أحسنتم!

كلما أتيت إلى المدرسة كلما تعلمت أكثر!



Well-being at Aspen Heights



Hello everyone, I hope you had a wonderful week. This week I'd like to share more on discipline and positive parenting with you. As parents, it's natural to seek effective ways to encourage cooperation and positive behaviour in our children while maintaining a strong foundation of trust and connection. It is crucial, however, to reflect on the methods we use. Parenting is demanding, and while the temptation of quick fixes like threats or time-outs is strong, we must consider the long-term impact on our children's development.

Latest insights from neuroscience and child development shed light on the drawbacks of punitive measures, highlighting the adverse impact of threats and punishments on children's well-being –

Threats and fear-based discipline can lead to unintended consequences, including:

- Power struggles and resentment.
- Superficial compliance instead of understanding core values and morals.
- Inconsistency and unpredictability in consequences, causing confusion and emotional insecurity.
- A sense of anxiety or unsafety around parents, potentially leading to hidden behaviours
- Damaged trust within the parent-child relationship

As we strive to foster a positive and nurturing environment at Aspen Heights British School, we encourage parents to explore alternative approaches that prioritize the long-term well-being of our children. Effective alternatives to enforcing consequences include:

Encouraging Empathy: Understand and address the underlying needs behind your child's behaviour. Respond with empathy to build a positive relationship and help them learn to regulate their emotions.

Setting Boundaries and Clear Expectations: Tailor your expectations based on your child's developmental stage. Clearly communicate limits with warmth, allowing room for collaboration and negotiation.

Empowered Conversation: Foster autonomy by allowing your child to express themselves and encouraging their problem-solving skills. Ask open-ended questions that promote critical thinking. Allowing Kids to Learn from Natural Consequences: Support your child as they navigate the natural consequences of their actions. This approach instils discipline through self-discovery rather than enforcing external consequences.

Builds Intrinsic Motivation in Children: By stepping away from enforcing consequences, and stepping into accessing natural consequences for our children's learning, we help build intrinsic motivation in our children.

Additionally, it is important to remember that children will often worry about threats long after a parent has forgotten about it. Stepping away from using punishments and consequences takes commitment and persistent effort but by embracing these alternatives, we aim to create an environment where children can develop positive coping skills, confidence, and a strong sense of autonomy. As per usual if you have any queries or concerns about your child's well-being, please contact me at rkhan@ahbs.ae Have a lovely weekend.

Kind regards,



Redah Khan
School Counsellor



OUR FUTURE STARTS NOW

Calling All Secondary Students!
Let's challenge our communities to make impactful
changes, now!

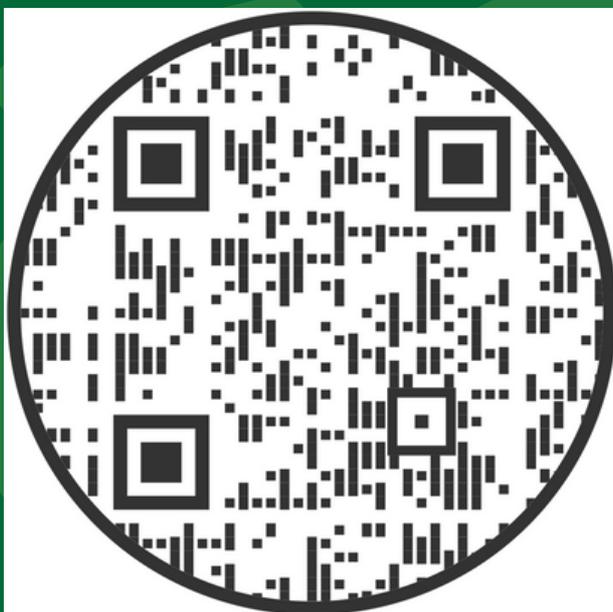


A bilingual (Arabic/English) TEDx style event with 2 finalists to present their talk. One in English and One in Arabic.

Registration of Interest: By Friday, 24h November

Final Round of Speeches: 29th November

SCAN
TO
REGISTER



SUCCESS CRITERIA

Write out and perform a 2 minute speech on either Sustainability Goal 1 or Goal 10 - No Poverty or Reduced Inequalities.

You may write and speak in English or Arabic

2024/2025 ACADEMIC YEAR

SIBLING APPLICATIONS

NURSERY(FS1) -YEAR 13

**NOW
OPEN!**

**5% SIBLING
DISCOUNT**

APPLY NOW



**ENROL BEFORE 30TH
NOVEMBER 2023 TO
RECEIVE A FREE BOOK
BAG**



AMAZING LEARNING AT ASPEN HEIGHTS

EYFS

- Nursery Geckoes
- Nursery Butterflies
- Nursery Ladybirds
- Nursery Dragonflies
- FS2 Ducks
- FS2 Bulbuls
- FS2 Sparrows
- FS2 Owls
- FS2 Pipits
- FS2 Doves
- FS2 Storks

MOE

- EYFS Arabic
- Arabic
- Social Studies
- Islamic

Music

- Whole school music

P.E & Swimming

- Whole School P.E

Primary

- Oasis
- Y1 Honey Badgers
- Y1 Foxes
- Y1 Pikas
- Y1 Hares
- Y1 Jerboas
- Y1 Sandcats
- Y1 Desert Snakes
- Y1 Herons
- Y2 Oryx
- Y2 Camels
- Y2 Leopards
- Y2 Gazelles
- Y2 Wolves
- Y2 Ibex
- Y3 Kingfishers
- Y3 Peacocks
- Y3 Ostrich
- Y3 Flamingos
- Y3 Sunbirds
- Y4 Houbaras
- Y4 Eagles
- Y4 Falcons
- Y4 Swifts
- Y5 Hawksbill
- Y5 Seahorses
- Y5 Jellyfish
- Y5 Parrotfish
- Y6 Dolphins
- Y6 Whales
- Y6 Manta Rays

Secondary

- Secondary English
- Secondary Maths
- Secondary Science
- Secondary Art
- Secondary D&T
- Secondary French
- Secondary Economics
- Secondary Humanities
- Secondary Computing

Library

- Whole School Library