



郑州郑东新区西亚斯外籍人员子女学校
SIAS INTERNATIONAL SCHOOL OF ZHENGDONG NEW DISTRICT, ZHENGZHOU

Newsletter

家校通讯录

March 18, 2022

2022年3月18日



COVID Safety

疫情防控

Parents, as we watch the news around China of cities being shut down and schools closing due to COVID, I ask that you please continue to be safe. Practice social distancing, wear masks, and minimize exposure to the virus. We do not want Zhengzhou and our school to be impacted by another wave of the virus here.

各位家长, 当我们看到目前国内各地因新冠肺炎而关闭城市和学校的新闻时, 希望大家继续注意安全。保持社交距离, 佩戴口罩, 尽量减少与病毒接触的可能性。我们不想郑州和我们的学校再次受到病毒的影响。



New Student Open Days

家长开放日

We have a Primary and Middle School Open Day on Saturday, March 26th. Many families have already registered. Please share with your family and friends.

本周六，3月26日学校将举办一场针对于小学和中学招生的家长开放日活动。很多家庭已报名参加。请与您的亲朋好友分享活动消息。

Sias IS
西亚斯外籍学校

OPEN HOUSE

学校开放日

Pre-K Trial Class
幼儿体验课

Date & Time

日期&时间

9:00am-11:30am Saturday, March 19th, 2022
2022年3月19日（周六）9:00-11:30

Rundown

流程

9:00-9:20	Registration 签到
9:20-9:30	Opening Remarks 开场
9:30-11:30	Trial Class / Snack (For kids with a parent) 幼儿体验课/加餐（一名家长陪同）
9:30-11:10	School Tour 校园参观 Early Years Presentation (For another parent) 幼儿项目介绍（1-2名家长参加）
11:10-11:30	Tea Break & Consultation 茶歇&入学咨询



Sias IS
西亚斯外籍学校

OPEN HOUSE

学校开放日

Date & Time

日期&时间

9:00am-12:00am Saturday, March 26th, 2022
2022年3月26日（周六）9:00-12:00

Rundown

流程

9:00-9:20	Registration 签到
9:20-9:30	Opening Remarks 开场
9:30-10:10	Campus Tour 校园参观
10:10-11:30	Trial Class 体验课（学生参加） Primary School Presentation for Parents 小学项目介绍（家长参加）
11:30-12:00	Tea Break & Consultation 茶歇&入学咨询





Grade 5 Celebrates Spring 五年级学生迎春活动

The Grade 5 learners took the opportunity to integrate their learning on Global Warming with the festivities and significance of National Tree Planting Day, St. Patrick's Day and Arbor Day. On the 18th of March, they organized a whole-school event when students from every grade participated in activities that commemorate the importance of 'sharing with care'!

五年级的学生利用这个机会，将他们对全球变暖的学习与国家植树节，国际植树节和圣帕特里克节三个节日的庆祝和意义结合起来。3月18日，他们组织了一场持续一整天的校际活动，各个年级的学生都参与其中，共同铭记“关爱和分享”的重要性。



While some grades planted saplings around the school, others made crafts, baked green cookies and made posters to spread awareness about taking care of trees and aiming at creating a greener planet for the posterity!

有些年级在学校周围种下了树苗，而另一些则通过制作手工、烤绿色饼干和制作海报，以宣传人们对照顾树木的意识，并旨在为子孙后代创造一个更绿，更健康的地球！



During the Community Time, the whole school shared their products and made the day an important milestone at Sias when students played multiple roles of leaders, team-players, and aware global citizens of tomorrow!

在社区时间，整个学校的学生分享了他们一整天的成果，使今天成为西亚斯外籍学校的一个重要里程碑，因为每个学生都扮演了多重角色，领导者、团队协作者和未来全球公民，这将对他们的未来至关重要！





Student Learning for the Week

本周教学

Kindergarten | IB-PYP Unit of Inquiry
学前班 | IB-PYP 探究单元



Studying Stories & Storytelling

学习故事和讲故事

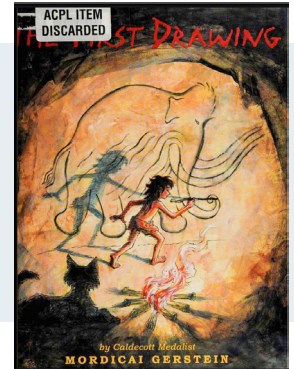
Kindergarten are studying stories and storytelling in the current IB-PYP Unit of Inquiry. Human beings have been telling stories for many many many thousands of years. Stories can be told with words. Stories can be told with pictures.

幼儿园班级在当前的 IB-PYP 探究单元学习故事和讲故事。人类讲述故事已经有成千上万年历史了。故事可以用文字来讲述，也可以用图片来讲述。



In Wednesday's World of Science class, we read the book 'The First Picture' about an 8 year old boy and his pet wolf.

在周三的科学世界课上，我们读了《第一幅画》这本书，讲的是一个8岁的小男孩和他的宠物狼的故事。



And students made a negative handprint by colouring the space outside their handprint. Today, students took this one step further. The class made their own pigment powder by grinding stones on stones. Students then mixed this powder with water to paint their hand print. This is how people made pictures in caves at least 30,000 years ago.

学生们通过给手掌之外上色制作了一副自己的手印。今天，学生们做出了更进一步的探究。这个班通过在石头上磨石头来制作颜料粉末。然后学生们把这种粉末和水混合，画出了他们的手印。远在三万年前，人们就是这样在洞穴里作画的。





Grade 1 | How the world works 一年级 | 世界是如何运转的



To culminate their knowledge of light and sound, the first-grade students put on a shadow show performance in front of several audiences, including students from Pre-K 3 all the way up to second grade. The challenge was that the students could not speak or narrate their performance. They could only use light to cast shadows on their props, and other sound sources to help communicate the message of their chosen story. The students had such a fun time putting together their shadow show performance! It is amazing to see what the students can put together when given a challenge and time to collaborate with their peers!

为了达到他们对光和声音的了解，一年级的学生在诸多观众面前表演了“影子表演”，这些观众包括学前班一直到二年级的学生们。表演最大的挑战在于学生们不能说话或讲述他们的表演。相反，他们只能用光线在他们的道具上投射阴影，用其他声源来帮助传达他们所要表达的信息和故事。学生们布置他们自己的“影子表演”，玩得非常开心！当学生们面临挑战和有限的时间，并且与同龄人合作时所做出的表现，是非常令人惊喜的！



2022年3月18日





Grade 5 | World of Science

五年级

科学发现 探究科学



The Scientific Method & The States of Matter (Physical Chemistry)

科学方法与物质状态（物理化学）

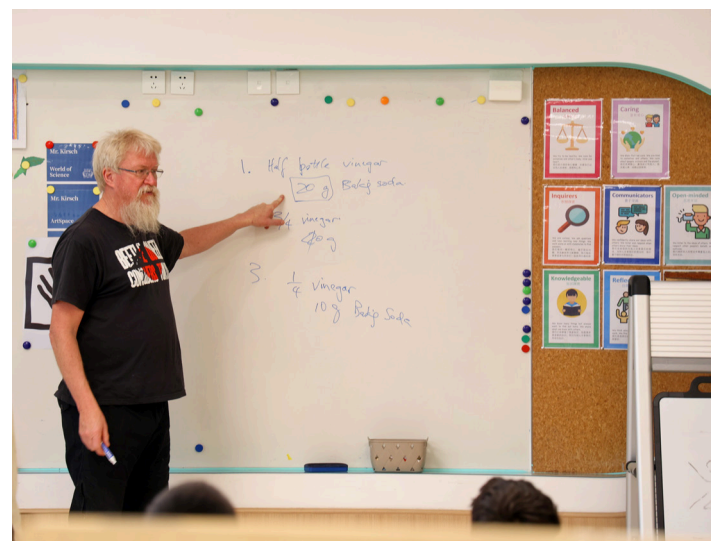
Thursday 2022.03.10. Science by discovery. Science by inquiry. Theme: The Scientific Method & The States of Matter (Physical Chemistry). Designing an experiment, and chemical reactions. Everything is made of atoms. Atoms bond with each other to make molecules. There are many different kinds of chemical reactions. When vinegar (a liquid) is mixed with baking soda (a powder), the chemical reaction is very fast and 'explosive'. The two compounds react to form a gas. This reaction demonstrates the three different states of matter. This reaction can be harnessed to make a rocket.

设计一个实验和化学反应。一切都是由原子构成的。原子相互结合形成分子。有许多不同种类的化学反应。当醋（一种液体）和小苏打（一种粉末）混合在一起时，化学反应非常迅速且具有“爆炸性”。这两种化合物反应生成气体。这个反应显示了物质的三种不同状态。这种反应可以用来制造火箭。



In today's class, we made a rocket using a water bottle, pencils, vinegar, baking soda and a cork. Last week's first launch was very impressive. This week, we tested different variables (amount of vinegar, amount of baking powder, shaking the bottle, inserting the cork) to try and optimize the rocket. Three launches were good. We will do more experiments next week.

在今天的课上，我们用一个水瓶，铅笔，醋，小苏打和一个软木塞做了一个火箭。上周的首次发射令人印象深刻。本周，我们测试了不同的变量（醋的量，小苏打的量，摇晃瓶子，插入软木塞）来尝试优化火箭。三次发射都很成功。下周我们将会做更多的实验。





Menus 菜单

Week 6 第六周

	Monday 星期一	带量	Tuesday 星期二	带量	Wednesday 星期三	带量	Thursday 星期四	带量	Friday 星期五	带量
早餐 Breakfast 时间 Time 7:30-7:55	葱油饼 Scallion pancakes 五香鹌鹑蛋 Quail eggs 手撕包菜 Cabbage 凤凰玉米羹 Corn soup	小麦粉 30 小葱 20 豆油 4 鹌鹑蛋 30 圆白菜、卷心菜 60 黄玉米糁 10 鸡蛋(白皮) 5	可可卷 Chocolate roll 春笋木耳肉丝 Shredded pork with bamboo shoots and wood ear 肉干 Dried Tofu 疙瘩面汤 Dumpling soup	小麦粉 30 竹笋(鲜) 30 干木耳 20 牛肉(瘦) 25 豆油 5 豆腐干 30 青尖椒 20 鸡蛋(X) 5	香肠卷 Sausage roll 肉末茄子 Eggplant with minced meat 蟹黄豆腐 Tofu with crab roe 红枣黑米粥 black rice and date congee	小麦粉 30 牛肉(里脊) 10 茄子 60 猪肉(奶脯)软五 米、猪夹心 20 花生油 3 肉馅豆腐 20 青尖椒 10 干木耳 10 豆油 3 黑米 10 枣(干) 3	荷叶夹 Lotus leaf buns 鸡丝银芽 Shredded chicken with bean sprouts 荷塘月色 Lotus root with mixed vegetables 紫薯糯米粥 Purple potato sticky rice congee	小麦粉 30 绿豆芽 30 鸡(X) 30 豆油 6 荷兰豆 20 藕 30 稻米(X) 20 甘薯 10	奶白小馒头 Steamed mantou 蚂蚁上树 Glass noodles with Minced Pork 西芹百合 Stir-fried celery 绿豆小米粥 Millet porridge with mung bean	小麦粉 30 细香葱(香葱、四季葱) 10 牛肉(后腱) 30 豆油 6 百合(T) 10 西芹 40 小米(黄) 10 绿豆(干) 5
加餐 Snack	酸奶 Yogurt 铁棍山药 Chinese Yam	酸奶(X) 200 山药 10	牛奶 milk 开心果 Pistachios	学生奶 200 开心果(熟) 15	酸奶 Yogurt 蒸玉米 Steamed corn	酸奶(X) 200 鲜玉米 20	牛奶 Milk 大杏仁 Almonds	学生奶 200 杏仁(大杏仁) 15	酸奶 Yogurt 巧克力蛋糕 Chocolate cake	酸奶(X) 200 小麦粉 10 巧克力 3
中餐 Lunch	萝卜炖羊肉 Daikon stewed mutton 鱼香肉丝 Shredded pork in sweet sauce 蒜蓉青菜 Garlic fried vegetables 泰国香米饭 Thai rice 木瓜百合汤 Papaya and Lily soup	白萝卜 30 羊肉(后腱) 20 豆油 7 胡萝卜 10 蒜薹(圆) 25 干木耳 5 猪里脊 15 花生油 3 小白菜 30 稻米(X) 60 百合(干) 3 木瓜(番木瓜) 10	香酥鸡米花 Chicken and rice balls 蔬菜沙拉 Vegetable salad 日式乌东炒面 Fried udon noodles 南瓜浓汤 Pumpkin soup	鸡(X) 20 豆油 4 黄瓜 20 番茄 30 生菜 30 面条 70 胡萝卜 10 洋葱 20 牛肉(后腱) 20 南瓜(栗面) 20	美味红烧肉 Braised Pork 干锅有机花菜 Stir-fried cauliflower 三色平菇 Stir- fried mixed mushrooms 红豆米饭 Rice with red beans 香葱木耳汤 Onion and Wood ear soup	土豆 30 猪肉(奶脯)软五 米、猪夹心 20 豆油 10 白花菜 30 牛肉(后腱) 20 平菇 40 稻米(X) 60 红豆腐 10 细香葱(香葱、 四季葱) 3 干木耳 10	烤肠卷青菜 Sausage lettuce wrap 黄油时蔬 buttery green vegetables 奶油芝士焗饭 Creamy cheese rice 韩式海鲜豆腐汤 Korean seafood tofu soup	白菜羹 20 香肠 20 花生油 2 青尖椒 10 西兰花 40 黄油 2 稻米(X) 70 胡萝卜 20 洋葱 20 牛肉(里脊) 15 豆油 3 豆腐(X) 10 小白菜 10 干木耳 10 虾米 5	杂粮小馒头 Multigrain mantou 秘制鸡翅 Chicken wings 蒜蓉上海青 Garlic stir-fried bokchoy 茄汁面 Tomato sauce noodles 紫菜蛋花汤 Seaweed egg drop soup	面条 70 高粱米 5 鸡(X) 30 豆油 11 上海青 45 番茄 30 生菜 10 干木耳 10 小白菜 5 紫菜(干) 5 鸡蛋(红皮) 10
加餐 Snack	Cantaloupe 西周蜜 Dragonfruit 火龙果	哈密瓜 75 火龙果 75	Banana 香蕉 Apple 红富士	海南香蕉 75 红富士苹果 75	Pear 皇冠梨 Blueberries 蓝莓	皇冠梨 75 蓝莓 75	橙子 Mango 芒果	橙子 75 芒果 75	Grapefruit 柚子 奇异果	柚(文旦) 75 中华猕猴桃 75

备注：1、我校参考《中国居民膳食指南 2016——学龄儿童膳食指南》制定每周带量食谱，进行计划膳食。2、每周 1、3、5 提供中餐、2、4 提供西餐。
周食谱营养评价标准（每日）：能量 966 千卡，蛋白质 33 克，动物及大豆蛋白约 16 克，脂肪占总热量的 30%以下，维生素 A420ug，维生素 C49mg，维生素 E3.5mg，钙 560mg，钾 1050mg，镁 105mg，铁 8.4mg，锌 8.4mg，磷 350mg，硒 17.5mg。
本周食谱营养分析（平均每日）：能量 1002 千卡，蛋白质 37 克，优质蛋白质功能比大于 50%，脂肪占总热量的 28%，维生素 A250ug，维生素 C68mg，维生素 E24mg，钙 383mg，钾 1260mg，镁 174mg，铁 21mg，锌 7.2mg，磷 642mg，硒 18mg。
本周食谱营养评价：平均每日能量与 966 千卡接近，蛋白质达 37 克以上，优质蛋白占总蛋白质的 1/2 以上，脂肪的供能比低于总能量的 30%；维生素 A、维生素 C、维生素 E 等维生素和钙、铁、锌等无机盐的含量达到此阶段儿童的膳食营养摄入量。

Location 地址

Longhu Middle Ring Road and Chaoyang Road Intersection, Zhengzhou New District, Zhengzhou City, Henan Province, China

中国河南省郑州市郑东新区龙湖中环路和朝阳路交叉口

☎ 16696116693

✉ admissions@siasinternationalschool.org

🌐 www.siasinternationalschool.org