

REVISTA

de

10

REVISTĂ REALIZATĂ ÎN CADRUL „INTERNATIONAL PREMIUM SCHOOL OF BUCHAREST”



”

Punctul de pornire al unei realizări este dorința.

Napoleon Hill



CUPRINS

I	Evenimente	pag 3
II	Activități extracurriculare și extrașcolare	pag 4
III	Proiectele noastre	pag 6
IV	Scoala de Vară	pag 7
V	Dezvoltare personală	pag 8
VI	S.O.S, strigă natura!	pag 9
VII	Mici, dar talentați!	pag 10
VIII	Performanță	pag 11
IX	Curiozități: Știați că ... ?	pag 12
X	Isteții Premium	pag 13

Who doesn't enjoy summertime...

Daniela Tănasă, profesor de engleză

... and the bonus of taking a well-deserved vacation? This is an exciting time for everyone, but especially for children. Many of us are eager to relax, to get some sleep, as we pack our bags and look forward to our next holiday destination. Whether we choose to go to the seaside or the mountains, the best part is having fun and enjoying wherever we go.

It is recommended to be properly organized, make early reservations, and most important, protect our skin from UV rays, which can be harmful. It is estimated that more than 99.3 million people go to the beach annually over the world, and according to Forbes Magazine, the post-pandemic "revenge spending" suggests that travel will be among the first industries to recover. This is good news, although the prices offered by hotels and resorts are constantly increasing. But fun and good moods are for all pockets, the most important thing is to be with our loved ones and friends, and make unforgettable memories together.

What about you, Premium people of Bucharest? What next adventure is waiting for you? Have fun and don't forget to laugh and love!

VIZITĂ Erasmus

Școala Gimnazială International Premium School of Bucharest a încheiat, în primăvara acestui an, un parteneriat strategic Erasmus+. Acest parteneriat are ca scop promovarea și dezvoltarea competențelor interculturale prin educație. Este o primă etapă de cooperare a organizațiilor la nivel european.

Timp de câteva zile, am găzduit mai mulți profesori din orasul Afyon, Turcia, aflați sub coordonarea domnului profesor Bekir Koyuncu. Delegația a participat la ore ale elevilor Premium, dar și la activitatea de înfrumusețare a spațiului outdoor al școlii, au vizitat studioul **Radio Seven**, sediul **Grădinița Prietenii Mei**, dar și **Premium Wellness Institute** unde au fost pregătite mai multe surprize pentru aceștia. La finalul vizitei, delegația turcă a avut o întrevedere și cu rectorul **Universității Spiru Haret**, conf. univ. dr. Aurelian A. Bondrea.



Locul I

Ilinca, Denisa, Sorina, Alessia și Maria au demonstrat, încă o dată, că munca depusă în cadrul **Clubului de Dans** nu a fost în zadar! Fetele *Premium* au performat pe scena competiției Campionatul Național IDO Performing Arts 2022, unde au obținut locul 1, categoria sincron. Felicitări!



Excursie la Comana

Premium Summer School continuă! În cadrul programului *Școala de Vară* ne-am propus ca, în fiecare săptămână, să organizăm excursii tematice. Elevii *Premium* au fost într-o deplasare minunată la Comana! Copiii au participat la atelierul de olărit, au vizitat Moara de Hârtie și au văzut tot procesul de realizare a acesteia. A urmat o plimbare cu vaporeșul prin Delta Neajlovului, s-au dat cu tiroliana și au servit masa de prânz în cadrul unui picnic organizat în pădure.



**Activități
extracurriculare
și extrașcolare**

Concurs interșcolar

Elevii Școlii Gimnaziale *International Premium School of Bucharest* și cei ai Școlii particulare *TedyBar* au participat la concursul interșcolar *Mișcarea este sănătate*, organizat de Școala Premium! Toți copiii s-au descurcat excelent, s-au distrat și și-au făcut prieteni noi!



Natura, prietena noastră!

Pentru a marca Ziua Pământului, am organizat o activitate în familie: elevi, părinți, cadre didactice. Am înfrumusețat curtea școlii – am plantat flori și am îmbogățit grădina de legume a școlii. Ne-am propus ca prin această activitate să tragem un semnal de alarmă asupra poluării și să le insuflăm copiilor grija pentru natură.



Club de Snooker, la Școala Premium

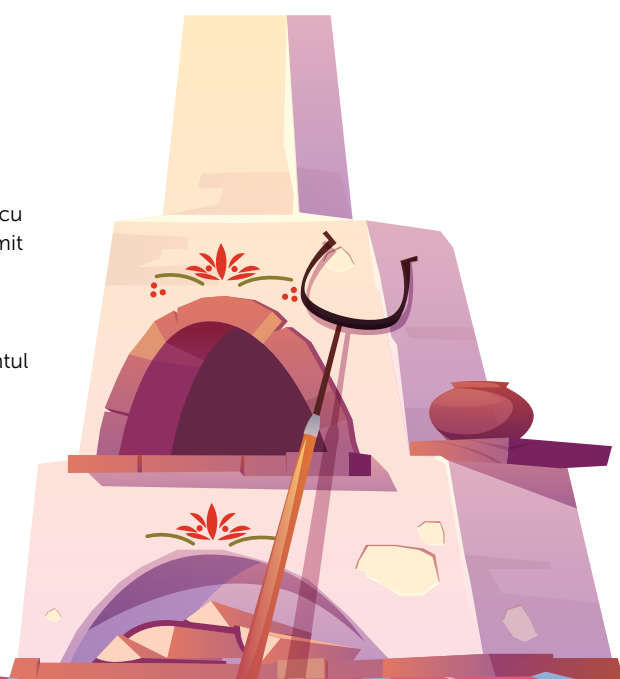
La Școala Gimnazială *International Premium School of Bucharest* a fost inaugurat *Clubul de Snooker* în prezența tuturor cadrelor didactice, a elevilor și a reprezentanților Federației Române de Snooker. Fiecare copil, pe rând, a experimentat acest sport deloc dificil, însă recomandat pentru puterea de concentrare, a îndemânării și a preciziei.



Vizită la Muzeul Satului

Elevii *Premium*, dar și preșcolarii de la grupele mari din cadrul Grădiniței cu program prelungit *Prietenii Mei* au participat la un atelier de pictură denumit „plantele, formă și culoare” în cadrul Muzeului Național al Satului *Dimitrie Gusti* cu ocazia sărbătorii de Sănzienne.

Au vizitat Muzeul, am organizat un mic picnic și au admirat munca și talentul unui meșter popular îndrăgostit de instrumentele muzicale românești.



Elevii Premium la Radio7

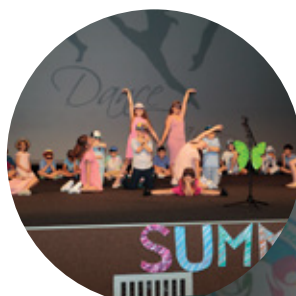
Proiectul Elevii Premium la Radio7 continuă și pe perioada verii, dar și pe parcursul anului școlar 2022-2023. Ne puteți asculta în fiecare zi, de la ora 9.00, pe 103,4 FM. Toate emisiunile sunt disponibile și pe site-ul școlii. Acestea pot fi accesate numai după difuzarea lor pe post. Numai la Radio7 și împreună cu Premium School se întâmplă lucruri minunate!



La multi ani, copii!

Elevii Premium au pus în scenă un spectacol inedit cu ocazia Zilei Internaționale a Copilului! Dans, muzică, teatru și pian – toate acestea au evidențiat talentul și dăruirea elevilor noștri!

La finalul musicalului, organizat în sala de spectacole a școlii, aceștia au avut parte de mai multe surprize: petrecere cu animatori, candy bar, baloane și muzică. La eveniment au fost invitați părinți, preșcolarii Grădiniței Prietenii Mei și copiii ucraineni găzduiți de ceva timp la Premium Wellness. Evenimentul a fost organizat cu sprijinul Fundației România de Măine.



Scoala de Vară International Premium School of Bucharest

Săptămâna 1 » 13 – 17 Iunie

Socializarea: Cheia comunicării

Săptămâna 2 » 20 – 24 Iunie

Interculturalitate: Unitate în diversitate

Săptămâna 3 » 27 Iunie – 1 Iulie

Micul Cercetător

Săptămâna 4 » 4 – 8 Iulie

Minte sănătoasă în corp sănătos

Săptămâna 5 » 11 – 15 Iulie

Mâini dibace

Săptămâna 6 » 18 – 22 Iulie

Talentații Premium

Săptămâna 7 » 25 – 29 Iulie

Excursii tematice

Pentru informații suplimentare
International Premium School of Bucharest
Telefon mobil – 0771 139 615
Telefon fix – 021 334 5324
comunicare@premiumschool.ro



VACANȚA – CU SAU FĂRĂ REGULI?

Loredana BĂNICĂ,
Psihopedagog

Vacanța de vară este aproape, prilej de bucurie pentru toți elevii! Abia așteaptă să nu mai trebuiască să se trezească prea de dimineață și să fie prinși într-un program strict, ca în timpul anului școlar. Odată cu venirea vacanței, părinții au tendința să fie mai îngăduitori, să lase copilului mai multă libertate, tocmai pentru a simți vacanța sinonimă cu relaxarea. Nu este nimic rău în această lejeritate, cu condiția de a nu exagera trecând în extrema „fără reguli”.

- **Respectarea programului de somn:** vara aduce zile mai lungi și tendința de a sări peste somnul de prânz sau de a împinge activitatea mult către seară, pentru a ne bucura de răcoare și cât mai multe activități distractive. Și copiii simt la fel și este de înțeles să le prelungim timpul de joacă seara. Este necesar, însă, să nu depășim ora de somn cu mai mult de 30-40 de minute. În caz contrar, ciclurile de somn ale copilului se vor disturba. Consecința, pe termen lung, este legată de stabilizarea unui ritm distorsionat somn-veghe, care va afecta starea generală a copilului, generând reactivitate crescută, iritabilitate și hipersensibilitate.

- **Respectarea programului de masă** și evitarea exceselor alimentare: lejeritatea vacanței ne invită și la excese alimentare. Nu ni se mai pare prea grav să întârziem masa de prânz, pentru că avem destul timp, dulciurile sunt un element de răsfăț, poate chiar și mesele tip fast-food – avem mai puțin timp de gătit, mai puțină răbdare, este doar pe timp scurt..... Desigur, nu este nicio tragedie să fim flexibili și să ne adaptăm la un meniu de vacanță.

- **Păstrarea ordinii** în cameră, în dulapul de haine sau în „cufărul” de jucării este un alt element important, care păstrează o linie de structură în viața zilnică a copilului.

- **Echilibrul între activitățile libere și cele structurate:** după un întreg an școlar de activități și solicitări, copilul de-abia așteaptă să se bucure de timpul liber oferit de vacanță. Acesta se traduce prin nevoia – și oportunitatea – jocului liber ales de către copil, în care doar el decide ce se joacă, cum se joacă și cu cine se joacă. Aceasta nu înseamnă, însă, să renunțăm complet la activitățile structurate, cu temă dată, cu reguli cu o desfășurare prestabilă. Important este să păstrăm un echilibru între structurat (sport, artă, științe ș.a.) și nestructurat (joc liber) în activitățile săptămânale.



- **Păstrarea limitelor comportamentale obișnuite:** vacanța de vară și regulile comportamentale nu se exclud, pentru că și atunci când suntem în vacanță salutăm, spunem „te rog” și „mulțumesc”.

- **Limitarea jocurilor video,** a timpului dedicat rețelelor de socializare este încă un element esențial care să nu fie neglijat în vacanță. Chiar dacă acordăm mai mult timp pentru aceste activități, rămâne o realitate faptul că excesul în această privință nu afectează doar perioada de odihnă, dar și distributivitatea atenției pe termen lung, abilitățile de socializare față-în-față și capacitatea de amânare a satisfacerii impulsului de moment.



**S.O.S,
strigă natura!**

Plantează un copac

Scris de **Dan Roșca**

*„Dacă te gândești la ziua care va urma – ia-ți ceva de mâncare!
Dacă te gândești la anul care va urma – plantează un copac!
Dacă te gândești la secolul care va urma – fă educație copiilor!”
(proverb chinezesc).*

Natura trebuie protejată și îngrijită. Dacă iubim curățenia și o întreținem, totul în jurul nostru va fi bine, vom respira aer de calitate, nepoluat, iar lumina soarelui va fi blândă. Cea mai mare bogăție a oamenilor este formată din: apă limpede, aer curat, pământ brun, plante și animale sănătoase. Toate acestea contribuie la o viață sănătoasă și armonioasă. Pentru a fi prietenul naturii trebuie să ai un comportament ecologic, s-o ocrotești oriunde te-ai afla.

Educația pentru mediul înconjurător ne oferă posibilitatea să ne exprimăm ideile personale, dar și o atitudine personală legată de responsabilitatea pe care ne-o asumăm în privința mediului în care trăim. Nu este suficient să fim informați despre faptul că mediul este poluat, ci, mai mult, trebuie să fim capabili să analizăm, să sintetizăm și să generalizăm informațiile; de asemenea, să descoperim și cauzele care au determinat aceste lucruri.

Este necesar să înțelegem că problemele mediului nu se rezolvă numai prin soluții tehnice, ci că trebuie să venim în contact direct cu natura, să ne apropiem de copaci, pietre, plante, animale, să le înțelegem modul și mediul de viață.

Este, de asemenea, foarte important să înțelegem că, odată cu dezvoltarea tehnologiei moderne, natura este urmărită de un mare pericol – poluarea – și că este bine să cunoaștem măsurile care se impun de luat în astfel de situații.

Așadar, să avem grijă de mediul în care trăim, deoarece, astfel, avem grijă (și) de sănătatea noastră.



**Mici,
dar talentați!**

Buni prieteni vom fi!

*Buni prieteni vom fi,
Niciodată nu ne vom lovi
Chiar de nu știm cât de mult ne iubim
Prietenia noi o prețuim.
Ca prietenia să nu dispară,
Facem magia să apară
Adăugăm iubire și respect,
Și obținem cadoul perfect!*

Evelyn B. – Clasa Pregătitoare
Îndrumător: **Lazăr Alexandra**



Ce este violența?

*Ce este violența?
E o luptă
Ce se dă înăuntrul tău
Oglindită în niște fapte
Ce nu îți fac cinste mereu.
Atunci când ochii-ți lăcrimează
Și simți că ai o nedreptate
Cel mai bun sfat e... discută!
Așa evoluăm în societate*

Tudor I. – Clasa I
Îndrumător: **Livia Novac**



Premierea elevilor pentru anul școlar 2021-2022

Anul școlar 2021-2022 a ajuns la final. Elevii *Premium* au înregistrat rezultate bune și foarte bune la învățătură și disciplină. Ei au fost premiați într-un cadru de sărbătoare. La finalul ceremoniei, toți copiii au primit câte un balon. Și-au pus o dorință și au lăsat balonul să se ducă spre cer.

Felicitări, dragi elevi! Vă așteptăm în anul școlar 2022-2023 cu noi experiențe, pregătiți pentru a depăși orice obstacol și multă determinare.



**Curiozități:
Știați că ... ?**

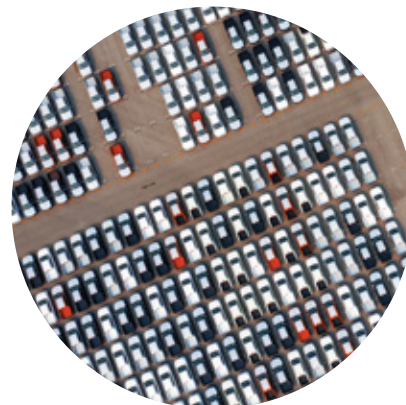
**1. Știați că aproximativ trei sferturi
din populația planetei nu poate
digera laptele?**



**2. Un copac de mărime medie oferă suficient lemn
pentru a produce aproximativ 170 de mii de creioane!**



**3. Știați că, oficial, Moș
Crăciun locuiește în Canada,
având propria adresă?**



**4. Știați că se estimează că, la
nivel global, până în anul 2050,
numărul total al mașinilor va
depăși 2 miliarde?**

**5. Știați că cele mai mari
mamifere terestre sunt elefanții
africani? Masculii adulți ajung la
o înălțime de peste 3 metri și
cântăresc, în medie, 5 tone și
jumătate?**



**6. Știați că în Australia există de
3 ori mai multe oi decât oameni?**



POȚI SĂ DESENEZI ACEASTĂ FIGURĂ FĂRĂ A RIDICA CREIONUL DE PE FOAIE?

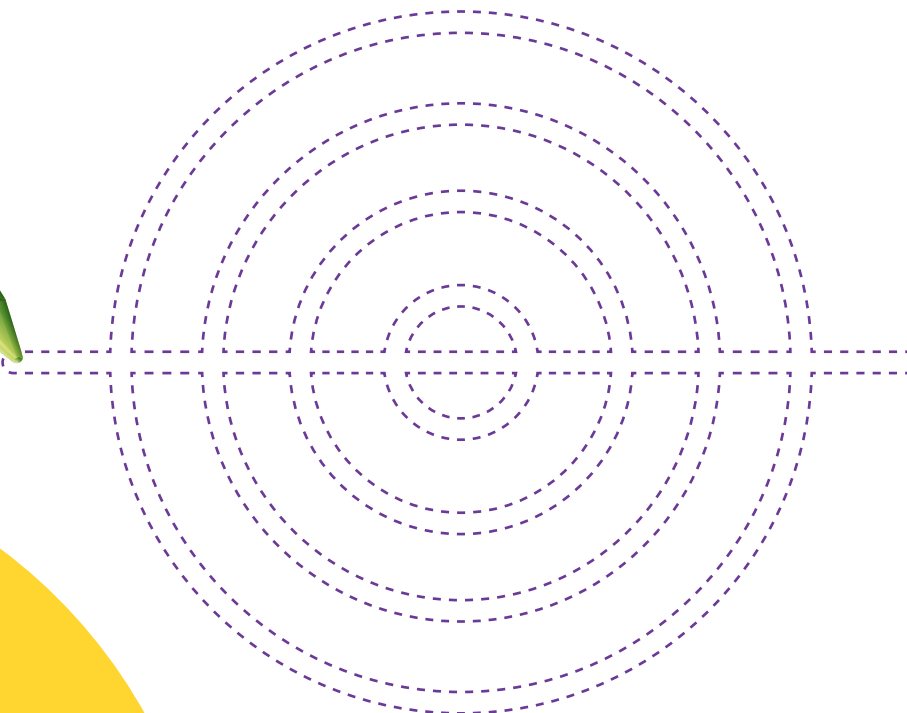
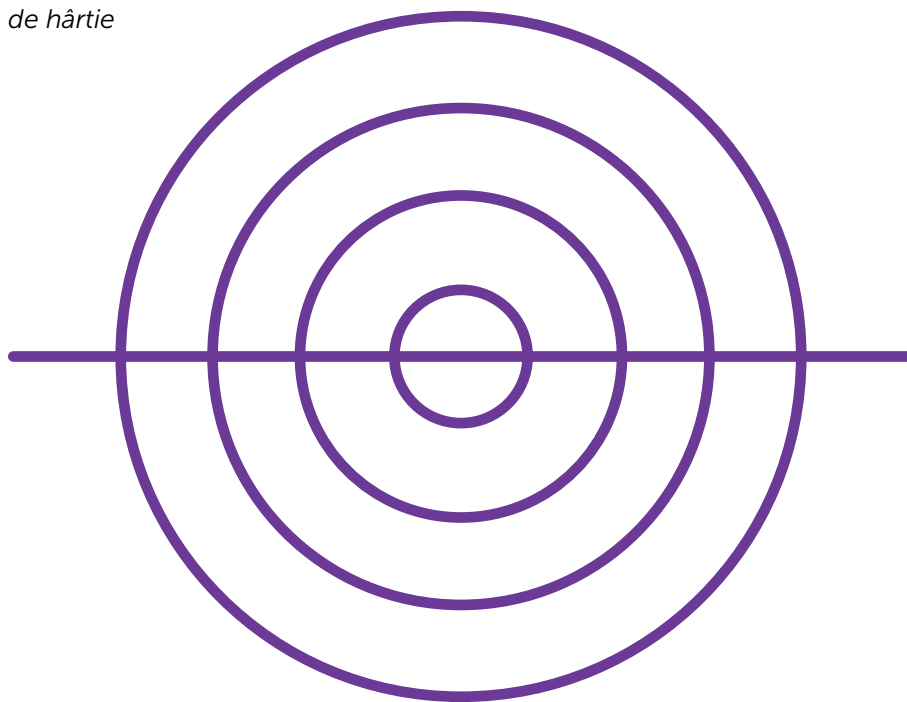
scris de IOANA RĂDULESCU

Liniile se pot intersecta, dar fără să desenezi aceeași linie de mai multe ori.

Ai nevoie de:

- un creion
- o foaie de hârtie

Timp: 3 min

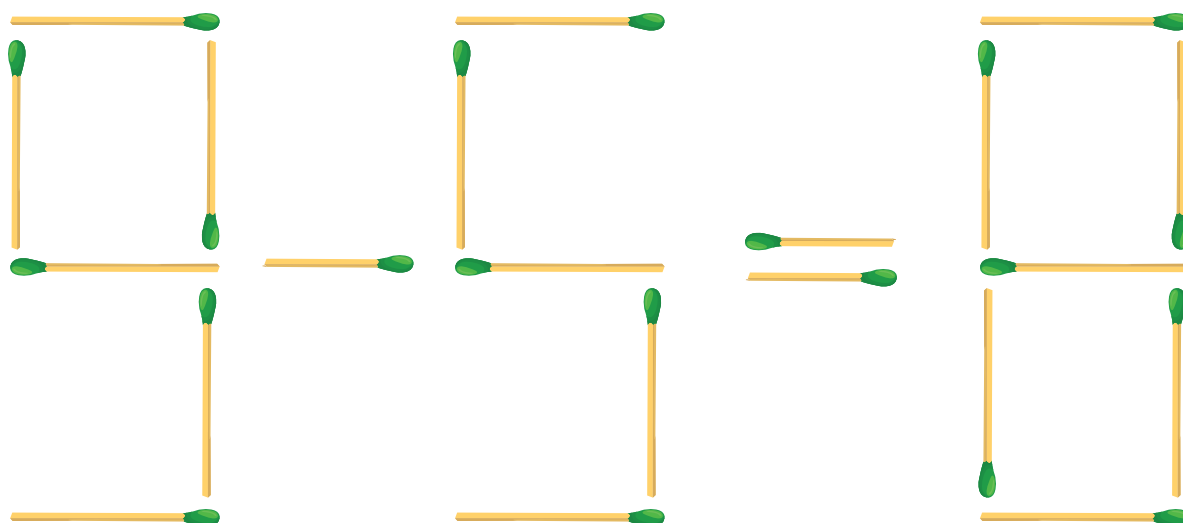
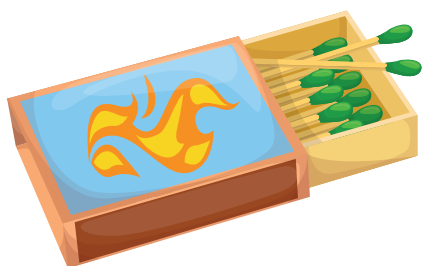


MUTĂ UN CHIBRIT PENTRU A OBȚINE O EGALITATE CORECTĂ !

Ai nevoie de:

- 21 de bețișoare

Timp: 5 min



Revista de 10 este realizată în cadrul Grădiniței cu program prelungit *Prietenii Mei* și în cadrul Școlii Gimnaziale *International Premium School of Bucharest*.

ECHIPA EDITORIALĂ

...

Redactori coordonatori

Profesor învățământ primar Florentina Cristea – Director *International Premium School of Bucharest*

Profesor Nicoleta Stan – Consilier Educațional *International Premium School of Bucharest*

Iuliana Radu – PR și Marketing

Redactori: Ioana Gheorghe, Loredana Bănică, Dan Roșca, Alexandra Lazăr, Mimi Constantin, Geanina Voinea, Livia Novac, Ioana Rădulescu, Ioan Neghiuc, Daniela Tănasă, Raluca Fricosu, Gabriela Neagu, Mihaela Covaci, Andreea Capră, Petronela Goran, Adela Frăsin, Ștefania Petre, Mara Tudorache

Fotograf: Bogdan Acatrinei

Design grafic & design editorial: Dan Anghel

Surse grafice: Vecteezy.com, Freepik.com

Colaboratori

Universitatea Spiru Haret

Radio7

Premium Wellness Institute

Editura Fundația România de Măine

Fundamental Creative Hub

Tipografia Fundația România de Măine

Contact Grădinița *Prietenii Mei*

Telefon mobil – 0745 028 876

Telefon fix – 021 222 46 42

gradinitaprieteniiimei@gmail.com

www.gradinitaprieteniiimei.ro

Bd. Metalurgiei, nr 87, sector 4, București

Punct de reper – Metrou Dimitrie Leonida

Contact Școala Gimnazială

International Premium School of Bucharest

Telefon mobil – 0771 139 615

Telefon fix – 021 334 5324

www.premiumschool.ro

comunicare@premiumschool.ro

Șoseaua Berceni, Nr. 24, Sector 4, București.

Punct de reper – Metrou Apărătorii Patriei