

# 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 2
II	Activități extracurriculare și extrașcolare	pag 4
III	Proiectele noastre	pag 6
IV	Elev Premium	pag 7
V	Dezvoltare personală	pag 8
VI	S.O.S. strigă natura!	pag 9
VII	Mici, dar talentați!	pag 11
VIII	Performanță	pag 12
IX	Curiozități: Știți că ... ?	pag 13
X	Istetii Premium	pag 14

## Have a wonderful spring, Premium People of Bucharest!

Scris de **Daniela Tănasă**

Spring is a beautiful season full of new life and growth. After a long, cold winter, we welcome the warmth and sunshine that comes with springtime. There are many exciting things to see and do during this season, and in this article, we will explore some of the wonders of spring.

First, let's talk about flowers. Spring is the time when many flowers begin to bloom. You may see daffodils, tulips, and snowdrops popping up all over the place. These beautiful flowers come in all different colors and sizes, and they smell wonderful too. It's fun to go for a walk and see how many different types of flowers you can find.

Next, let's talk about animals. In the spring, many animals come out of hibernation or start to become more active. You may see birds building nests in trees, rabbits hopping around in fields, or baby animals being born. It's important to remember to be gentle with animals and not disturb them in their natural habitat.

Another exciting thing about spring is the weather. After a long winter, we welcome warmer temperatures and longer days. It's the perfect time to get outside and play! You can go for a bike ride, have a picnic, or play some outdoor games. Just remember to wear sunscreen and stay hydrated if it gets too warm.

Finally, let's talk about a fun tradition associated with spring – Easter! Easter is a holiday celebrated in many different ways around the world. Some people have egg hunts, decorate eggs, or eat chocolate bunnies. It's a fun way to celebrate the beginning of spring and all the new life that comes with it.

Spring is a wonderful season filled with new beginnings and fresh starts. Whether you're enjoying the flowers, animals, weather, or Easter, there's something for everyone during this time of year. So get outside, explore, and have some fun!

## ZIUA INTERNAȚIONALĂ a Nonviolenței în Școală

Elevii din cadrul Școlii Gimnaziale *International Premium School of Bucharest* au marcat *Ziua Internațională a Nonviolenței în Școală*. Neagoe Sorin, reprezentantul Serviciului de Analiză și Prdvenire a Criminalității, din cadrul Poliției Capitalei, a venit la Școala *International Premium School of Bucharest* pentru a-i îndemna pe copii să aleagă nonviolența și să facă din mediul școlar un loc primitor și sigur pentru toți.



## ZIUA INTERNAȚIONALĂ a Cititului Împreună

Tot în luna ianuarie, au sărbătorit *Ziua Internațională a Cititului Împreună*. Activitatea s-a desfășurat în biblioteca unității, iar copiii au avut de ales dintre zeci de titluri disponibile. *World Read Aloud Day* este o zi în care se sărbătorește puterea de a citi cu voce tare, împreună. Evenimentul este celebrat în peste 170 de țări. Unele studii arată că atunci când unui copil i se citește des, părțile creierului lui care se ocupă cu înțelegerea și imaginația sunt foarte active. Când aceste zone sunt folosite cât mai mult, pot ajuta micuții să-și dezvolte aptitudini esențiale de citit, ca recunoașterea și înțelegerea cuvintelor.



## Science Festival

**Elevii International Premium School of Bucharest** au descoperit proprietățile surprinzătoare ale gazelor prin experiențe cu gheața carbonică, în cadrul atelierului Gheață udă, gheață uscată, realizat de *Bucharest Science Festival* la Școala IPSB. Iar asta nu este tot! Copiii au participat și la alte două ateliere: unul despre Sistemul Solar, iar cel de-al doilea despre universul microbilor.



## ZIUA INTERNAȚIONALĂ a Femeii

**Pentru a marca Ziua Internațională a Femeii**, elevii Premium, preșcolarii Grădiniței cu program prelungit *Prietenii Mei* și copiii de la Centrul Casa Speranței (DGASPC sector 4), au pregătit, cu emoție și bucurie, momente de dans, muzică și poezie dedicate mamelor, dar și celor care îi îndrumă. Evenimentul intitulat „Pentru tine, dragă mamă!” a fost unul emoționant, și s-a desfășurat în sala de spectacole a IPSB.



Activități  
extracurriculare  
și extrașcolare

## Vizită la fabrică

Elevii Premium, clasa I, au fost în vizită la fabrica Danone. Copiii au aflat mai multe informații despre cum se produce iaurtul. Ei au învățat și despre drumul laptelui de la ferme până la fabrică, despre cum se transformă laptele proaspăt în iaurt, dar și despre cât de importantă este o alimentație sănătoasă zilnică.



## Inspectoratul pentru Situatii de Urgență

Așa cum v-am obișnuit, în fiecare primăvară, invităm la școală specialiști din cadrul Inspectoratului pentru Situații de Urgență București-Ilfov, să le reamintească elevilor cum să acționeze în caz de cutremur ori incendiu. Anul acesta nu a făcut excepție.

## Vizită la școală

Grupa mare, leporașii, din cadrul Grădiniței cu program prelungit *Prietenii Mei*, a fost în vizită la Școala Gimnazială *International Premium School of Bucharest*. Alături de elevii clasei a III-a, au făcut diverse cadouri pentru mămici! Și copiii de la clasa a IV-a, alături de cei la grupa mare, Căprioare, și-au pus toată imaginația la bătaie pentru același scop! Mai mult decât atât, ei au experimentat, pentru o zi, viața de elev.



## Vizită la „bunici”

Preșcolarii de la Grădinița *Prietenii Mei* și elevii Școlii Gimnaziale *International Premium School of Bucharest* au adus primăvara în sufletele bunicii de la *Casa Seniorilor by Premium Wellness*. Copiii au oferit mărtișoare lucrate de ei tuturor doamnelor.



## Fii învățător pentru o zi!

Părinții elevilor Școlii Gimnaziale *International Premium School of Bucharest* au fost invitați să participe activ la orele copiilor. Prin intermediul proiectului *Fii învățător pentru o zi!*, aceștia au avut ocazia să petreacă o zi în școala *Premium*. Alături de doamnele învățătoare, ai au pregătit diverse activități practice. Mulțumim tuturor celor care s-au implicat în acest proiect, dar în mod special părinților care au acceptat invitația noastră.



**Elev  
Premium**

# Hai și tu să fii **ELEV PREMIUM!**

*International Premium School of Bucharest* este creată de specialiști în învățământul școlar și adaptată în permanență nevoilor de cunoaștere și dezvoltare ale fiecărui elev.

Cu o suprafață totală de peste 6.000 mp, baza materială a școlii cuprinde:

- 18 săli de clasă, cu aparatură ultramodernă (smartboard cu acces direct la Internet) și materiale didactice de predare-învățare-evaluare variate;
- laboratoare (Geografie, Istorie, Biologie și Științele Naturii, Limba română și limbi moderne, Fizică, Chimie, Matematică-Informatică);
- cabinete de specialitate (Cabinet de Consiliere educațională și mediere școlară, Cabinet de logopedie, Cabinet fonoc de muzică, Cabinet metodic);
- bibliotecă cu sală de lectură;
- sală și terenuri de sport indoor și outdoor, balon exterior ca bază sportivă, bazin de înot;
- sală de mese;
- spații de joacă, agrement și relaxare atât în interiorul, cât și în exteriorul școlii;
- grupuri sanitare la standarde performante.

*International Premium School of Bucharest* pune la dispoziția elevilor săi numeroase facilități:

- Manuale școlare, mijloace didactice și logistice necesare desfășurării procesului instructiv-educativ;
- Uniformă școlară personalizată; aceasta este procurată de către IPSB și pusă la dispoziția părinților spre achiziție;
- Personal didactic, auxiliar și nedidactic calificat/specializat;
- Platformă online de comunicare cu părinții, comunitatea, elevii și întreg corpul profesoral;
- Supraveghere video și control permanent;
- Asistență medicală. Controale medicale de specialitate, periodice: stomatologie, oftalmologie.
- Servicii de consiliere educațională și logopedie;
- Transport către și de la școală;
- Curte interioară modernă, cu spații sportive și de agrement, precum și spații de joacă/relaxare (nisipar, bănci, mese, complex de joacă multifuncțional);
- Bazin de înot semiolimpic, teren de tenis/fotbal/baschet.





## Starea de bine, primăvara

**Cora Aprozeanu**  
Psihopedagog

**Primăvara își instalează starea de bine**, după o iarnă care, deși nu a fost foarte friguroasă, a fost destul de întunecoasă. Zilele încep să își mărească lumina, căldura ne lasă să petrecem mai mult timp în natură – ocazii numai bune de conexiune cu copiii noștri și cu natura care stă să renască.

Deși este posibil ca astenia de primăvară să ne dea bătăi de cap, atât adulților cât și copiilor, vă propunem o serie de activități care să o îndepărteze, pentru a face loc stării de bine :

### Jurnal de primăvară

– împreună cu copilul dumneavoastră, păstrați un moment pe zi în care să notați lucruri privitoare la lucrurile care vi s-au întâmplat peste zi. Notați și lucruri despre cum a fost vremea, cum apar schimbările în natură. Îl învățați, prin această activitate, cum să reflecteze la ceea ce se întâmplă în jurul lui, cum să își „traducă” ceea ce trăiește zi de zi, acasă sau la școală. Pe scurt, învățați copilul să TRĂIASCĂ CONȘTIENT, cu sens.

### Activități în natură

– fie că alegeți un parc sau o margine de pădure, mergeți măcar de două ori pe lună să vă bucurați de mult verde și de cântecul păsărelelor. Puteți, de asemenea, să urmăriți jocul norilor, al păsărilor, dansul fluturilor sau spectacolul curcubeielor după ploaie. Pentru păsărele, puteți instala alimentatoare de apă sau mâncare, pe care să le umpleți periodic.



### Minigrădină

– fie că alegeți o miniseră sau o grădină cu flori în fața locuinței dumneavoastră, implicați copilul în tot procesul de plantare și îngrijire periodică a plantelor. Va fi o ocazie perfectă pentru dezvoltarea simțului responsabilității și al independenței. În plus, copilul va înțelege că absolut tot ceea ce se petrece în jurul nostru este parte dintr-un proces care are nevoie de răbdare și perseverență pentru a culege roadele.

### Colecții de plante

– fie că le culegeți în drumul spre casă sau în timpul ieșirilor de la sfârșit de săptămână, puteți colecționa flori pe care să le colecționați. Puteți crea clasoare cu plante și flori variate sau puteți să realizați experimente cu flori și frunze colorate (folosiți plante cu flori albe, pe care să le puneți în mici pahare cu apă colorate cu colorant alimentar). Puteți, de asemenea, să creați cuburi de gheață cu flori (folosiți o formă pentru cuburi de gheață, în care să așezați flori sau frunze cât mai colorate și diferite, umpleți cu apă și introduceți la congelator).

### Jocurile clasice în aer liber

– îl puteți învăța pe cel mic jocurile cu care noi înșine am crescut, „Țările”, „Rațele și vânătorii”, „Castelul”, „De-a v-ați ascunseala”.



### **Pregătiri pentru Paște**

– împreună cu copilul, puteți pregăti detalii privitoare la sărbătoarea care urmează: realizarea decorațiunilor de Paște, decorarea unui copăcel cu ouă, alcătuirea meniului pentru ziua de Paște.

**În final, indiferent de activitățile pe care le veți alege,** e bine să țineți seama de faptul că STAREA DE BINE se creează în strânsă legătură cu gradul de satisfacere a NEVOILOR psihologice de bine, cum ar fi conectarea cu ceilalți, sentimentul că putem avea un minim control asupra lucrurilor din viața noastră și că suntem valoroși și competenți. Toate activitățile propuse mai sus conectează copilul cu persoanele semnificative din viața lui, îi oferă sentimentul că pot realiza lucruri importante și, un lucru extrem de important, îi învață să trăiască conștient și în deplină conexiune cu natura și cu persoanele pe care le iubesc.



**S.O.S,  
strigă natura!**

## Socializarea în Natură

Scris de **Dan Roșca**

**Natura înseamnă atât de mult pentru noi toți, copii și părinți.** Iar cum primăvara a sosit, am dori să împărtășim cu voi câteva gânduri despre acest minunat anotimp!

**Primăvara merge mână în mână cu socializarea.** Sociabilitatea reprezintă o trăsătură de personalitate în parte innăscută, în parte educabilă. Pentru orice copil este foarte util să aibă contact constant cu alți copii, să se joace cu ei și să stabilească relații, pentru a le susține integrarea și gestionarea situațiilor sociale.

**Unii copii pot întâmpina probleme de socializare** din cauza timidității excesive care îi caracterizează: le este dificil să intre în contact cu persoane noi, copii sau adulți, caz în care este nevoie să le susținem capacitatea de relaționare și integrare.

**Cel mai bun loc în care copilul își poate face prieteni este natura,** mai specific parcul. Iată câteva situații în care comportamentele dumneavoastră, ca părinți, pot modela sociabilitatea copilului:

### 1. Copilul trebuie să crească înconjurat de dovezi de afecțiune.

Un mediu stabil din punct de vedere emoțional oferă încredere și îl ajută pe cel mic să fie deschis pentru noi prietenii și să abordeze cu ușurință copiii în timpul unei ieșiri în parc.

### 2. Explicați-i celui mic, de acasă, că ieșiți în parc pentru ca el să se poată juca cu copiii de aceeași vârstă.

Întrebați-l ce jucării ar fi dispus să împartă cu ceilalți și luați-le cu dumneavoastră în parc. De asemenea, explicați-i că nu îi va lua nimeni jucăriile, doar se vor juca împreună, ceea ce poate fi extrem de distractiv. Creați-i chiar Dumneavoastră oportunități de a fi generos și luați în parc creioane colorate, piese lego, puzzle-uri sau alte jocuri, bineînțeles cu acordul copilului.

### 3. Învățați-l cum ar trebui să se prezinte într-un grup nou,

care ar fi cuvintele potrivite pentru a-i aborda și pentru a relaționa cu ceilalți. O variantă ar fi jocul de rol, în care părintele să fie un potențial copil din parc. În acest fel, veți vedea dacă micuțul socializează în mod natural sau dacă trebuie să îl ajutați puțin.

### 4. Oferiți-i un grad de libertate atunci când ieșiți în parc.

Nu îi amintiți tot timpul să aibă grijă să nu se lovească, să nu alerge pentru că transpiră sau să nu mai țipe. Astfel, veți evita crearea unei bariere între el și ceilalți copii și impresia că modul în care se manifestă nu este acceptat de cei din jur.

### 5. Implicați-l în activități de grup.

Va învăța că este foarte important să coopereze cu cei din jur și va avea încredere să abordeze alți copii dacă simte că au aceleași interese.

De exemplu, dacă în parc vede un grup de copii care joacă fotbal, micuțul dumneavoastră va avea curajul să interacționeze cu ei și să se joace, deoarece va avea sentimentul că știe exact ceea ce are de făcut.



**Mici,  
dar talentați!**

În cadrul programului **Săptămâna Verde**, elevii *Premium* au dat dovadă de multă creativitate și implicare. Cum, de altfel, ne-au obișnuit deja : ei au realizat diverse costume din materiale ecologice, i-au învățat pe preșcolarii de la Grădinița Agnes, Popești Leordeni, cum se plantează florile, au realizat diverse planșe despre reciclarea selectivă, și multe altele.



## Târg Educațional

La mijlocul lunii martie, cadrele didactice și elevii *Premium* au participat la Târgul Educațional, organizat într-un centru comercial din sectorul 4 al Capitalei. Activitățile pregătite au fost extrem de apreciate de către cei care au venit la stand. Vă mulțumim.





1. Știați că, de-a lungul vieții, omul se hrănește 4 ani și doarme 25 de ani?



2. Știați că banana este primul fruct plantat vreodată de om?



3. Știați că, pe parcursul întregii sale vieți, o vacuță dă peste 50.000 de litri de lapte?



4. Știați că cea mai întrebuițată legumă din lume este ceapa?



5. Știați că există peste 20.000 de specii de pești?



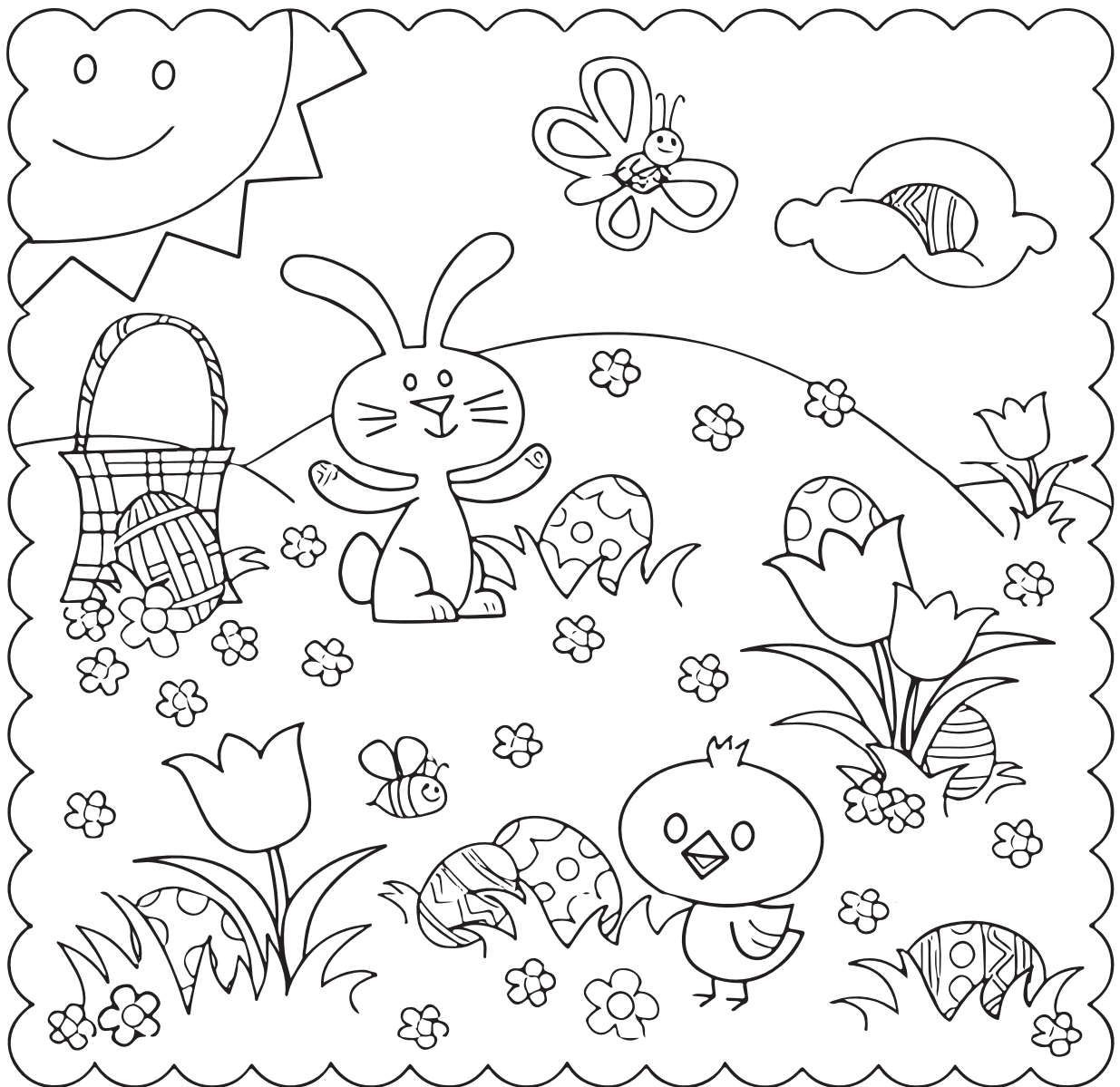
6. Știați că o găină face, în medie, 250 de ouă pe an?



7. Știați că rechinii sunt singurele animale din lume care nu se îmbolnăvesc de nicio boală cunoscută până în prezent de omenire?

## Easter Egg Hunt

How many Easter eggs can you find?



Sursa: [cualexlagradinita.wordpress.com](http://cualexlagradinita.wordpress.com)

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 Ștan – Consilier Educațional *International Premium School of Bucharest*

Iuliana Radu – PR și Marketing

**Redactori:** Ioana Gheorghe, Cora Aprozeanu, Teodora Brebu, Dan Roșca, Alexandra Lazăr, Mimi Constantin, Geanina Voinea, Livia Novac, Ioan Neghiuc, Daniela Tănăsă, Raluca Fricosu, Gabriela Neagu, Andreea Capră, Adela Frăsin, Ștefania Petre, Mara Tudorache, Simona Crăcănete.

**Fotograf:** Bogdan Acatrinei

**Design grafic & design editorial:** Dan Anghel

Surse grafice: 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 fix – 021 222 46 42

gradinitaprietenimei@gmail.com

www.gradinitaprietenimei.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

