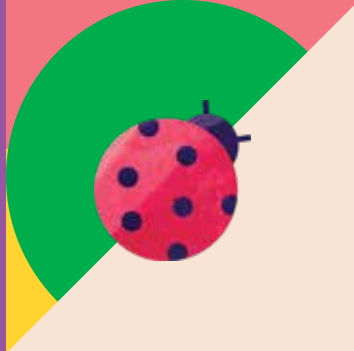
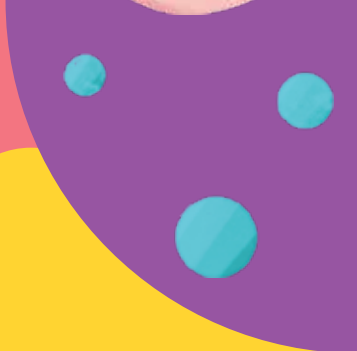
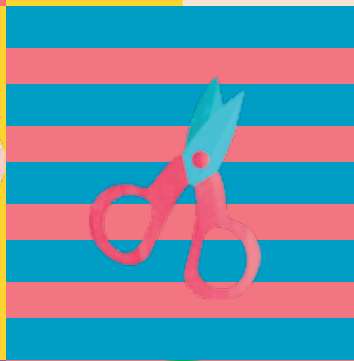
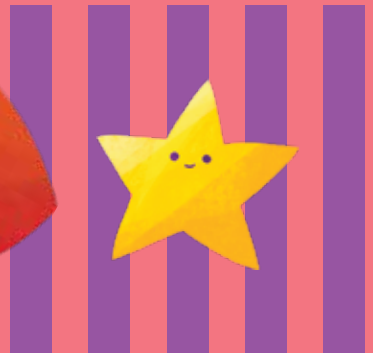
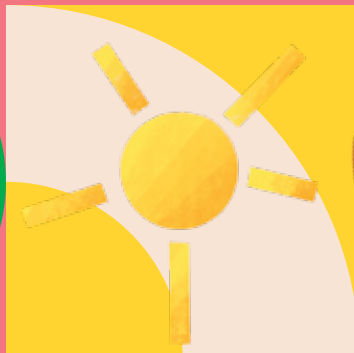


REVISTA

de

10

REVISTĂ REALIZATĂ ÎN CADRUL GRADINIȚEI „PRIETENII MEI”



”

Punctul de pornire al unei realizări este dorința - Napoleon Hill

CUPRINS

I
Evenimente
pag 2

III
**Proiectele
noastre**
pag 6

II
**Activități
extracurriculare
și extrașcolare**
pag 4

IV
**Prietenii
Mei**
pag 7

VII
**Mici, dar
talentați!**
pag 10

IX
**Curiozități:
Știați că ... ?**
pag 12

V
**Dezvoltare
personală**
pag 8

VI
**S.O.S,
strigă
natura!**
pag 9

VIII
Performanță
pag 11

X
**Isteții
Grădiniței**
pag 13

Spring activities

Scris de **Iuliana Radu**

Spring is a wonderful time for kids to engage in various activities. Here are some ideas:

Outdoor Play: With the weather warming up, kids can enjoy playing outside after being cooped up indoors during the colder months. They can ride bikes, fly kites, play tag, or simply run around in the backyard or at a local park.

Nature Walks: Spring is a great time to explore nature and observe the changes happening around us. Take kids on nature walks to observe budding flowers, listen to birds chirping, and maybe even spot some baby animals.

Outdoor Sports: Introduce kids to outdoor sports like soccer, basketball, or tennis. Organize friendly matches or practice sessions to help them develop their skills while having fun outdoors.

Gardening: Get kids involved in gardening activities by planting flowers, vegetables or herbs. Teach them about the lifecycle of plants and the importance of caring for the environment.

Arts and Crafts: Encourage creativity with spring-themed arts and crafts projects. Kids can make flower crowns, paint pictures of spring landscapes, or create collages using materials found in nature like leaves and petals.

Picnics: Pack a picnic basket and head to a nearby park for a relaxing outdoor meal. Let kids help with preparing the food and setting up the picnic blanket. It's a great way to enjoy quality time together as a family.



ZIUA INTERNAȚIONALĂ a Femeii

Serbările pregătite de către preșcolari pentru mamele lor, cu ocazia Zilei Internaționale a Femeii, sunt evenimente minunate și pline de emoție. Aceste serbări sunt o modalitate specială prin care copiii își arată aprecierea și recunoștința față de mamele lor, iar pentru doamne, sunt o ocazie de a se simți iubite și apreciate. Copiii au pregătit și mici cadouri handmade. Aceste daruri exprimă dragostea și recunoștința lor față de mămici.

Serbările reprezintă o oportunitate unică pentru consolidarea legăturii dintre copii și părinți, în special dintre micuți și mamele lor. Aceste evenimente întăresc conexiunea emoțională și creează amintiri frumoase pentru ambele părți. Prin pregătirea cadourilor sau a altor surprize pentru mamele lor, copiii învață să ofere și să împărtășească, dezvoltând în același timp sentimentul de generozitate.





**Activități
extracurriculare
și extrașcolare**

SPECTACOL de Magie

Prietenul preșcolarilor de la *Grădinița Prietenii Mei*, magicianul Paco, i-a vizitat pe copii și le-a oferit un spectacol de magic extrem de interesant! Micuții s-au distrat pe cinste.

Spectacolele de magie pot stârni curiozitatea copiilor și îi pot determina să își pună întrebări despre cum au fost realizate trucurile. Aceasta poate fi o oportunitate minunată pentru a încuraja gândirea critică și creativă în rândul copiilor.



Activități
extracurriculare
și extrașcolare

Ziua Internațională A PUZZLE-ULUI

Ziua Internațională a Puzzle-ului nu putea fi trecută cu vederea de către preșcolarii!

Puzzle-urile nu sunt doar distractive, ci și benefice pentru creier, ajutând la îmbunătățirea gândirii critice, a rezolvării de probleme și a abilităților de planificare. Acestea pot fi și o modalitate excelentă de a petrece timp de calitate în familie sau cu prietenii.

Originea exactă a Zilei Internaționale a Puzzle-ului nu este foarte clară, dar sărbătoarea a crescut în popularitate în ultimele decenii, datorită iubitorilor de puzzle-uri din întreaga lume. În timpul acestei zile, oamenii își unesc forțele pentru a rezolva puzzle-uri împreună, să-și împărtășească pasiunea pentru aceste activități și să sărbătorească capacitatea umană de a rezolva probleme și de a descoperi soluții creative.



Gestionarea furiei

Orele de dezvoltare personală în grădiniță sunt o componentă esențială a educației timpurii și au un impact semnificativ asupra dezvoltării copiilor. Aceste ore sunt concepute pentru a sprijini nu doar aspectele academice, ci și dezvoltarea emoțională, socială și comportamentală a copiilor.

Recent, preșcolarii de la grupa mijlocie, Albinuțele, au învățat cum să își gestioneze furia. Teodora Brebu, psihopedagogul Grădiniței *Prietenii Mei*, a folosit 3 tehnici: exerciții de respirație, exprimare prin desen și un joc de energizare pentru o stare de bine.

Prin activități structurate și jocuri, copiii învață să identifice problemele, să găsească soluții și să își dezvolte abilitățile de rezolvare a problemelor.

Orele de dezvoltare personală sunt o oportunitate excelentă pentru ca, cei mici, să învețe reguli sociale, cum ar fi să împartă, să asculte cu atenție și să respecte spațiul personal al celorlalți.



Prietenii
mei

HAI ȘI TU SĂ FII PRIETENUL NOSTRU LA GRĂDINIȚA „PRIETENII MEI!”



Creat de specialiști în învățământul preșcolar și adaptat în permanență nevoilor fiecărui copil, conceptul educațional propus de Grădinița *Prietenii Mei* pune accent pe aspecte esențiale în dezvoltarea copiilor, precum triada copil-familie-educator, valorificarea aptitudinilor celor mici, extinderea orizonturilor creative și interacțiunea cu o multitudine de domenii educaționale, culturale și artistice.

Sediul grădiniței, cu o suprafață totală de peste 4.500 de metri pătrați, include săli de clasă spațioase, dormitoare, sală de mese cu bucătărie proprie, spații de joacă interioare și exterioare, cabinet medical. În plus, Complexul sportiv cu piscină interioară, sală de gimnastică, sală de sporturi de echipă, toate cu vestiare separate, Sala de spectacole cu pian, Centrul de limbi străine, Laboratorul de informatică și Laboratorul de Astronomie vin în completarea cadrului educativ, pentru a asigura dezvoltarea pluridisciplinară și armonioasă a copiilor.

În completarea programei școlare, Grădinița *Prietenii Mei* pune la dispoziția preșcolarilor oferta educațională care susține dezvoltarea armonioasă a aptitudinilor și intereselor individuale: Clubul de mișcare *Sport și Sănătate* (înot și aquagym, karate, balet și dans sportiv), Clubul de limbi străine, Clubul de artă interpretativă (pian, canto), Clubul de pictură cu praf de marmură *Sabbiarelli*, Clubul Origami *Hârtia prinde viață*, Clubul Arts & Craft, Clubul de dezvoltare personală și Logopedie.



Adaptarea preșcolarilor la grădiniță

Psihopedagog Teodora Brebu

Adaptarea preșcolarului la grădiniță în primul an este un proces important și, adesea, provocator atât pentru copii, cât și pentru părinți. Acest proces implică o serie de etape prin care copilul învață să se descurce într-un mediu nou, să interacționeze cu alți copii și adulți, și să se adapteze la o rutină diferită de cea de acasă. Iată câteva strategii și sfaturi pentru a sprijini această tranziție.

Înainte de începerea grădiniței

1. Discuțiile despre grădiniță: Începeți să discutați despre grădiniță ca despre o aventură nouă și interesantă, punând accent pe aspectele pozitive, cum ar fi întâlnirea cu noi prieteni și învățarea de lucruri noi.

2. Vizite preliminare: Dacă este posibil, vizitați grădinița cu copilul, înainte ca acesta să înceapă, pentru a-l familiariza cu noul său mediu.

3. Lectura cărților tematice: Cărțile despre începerea grădiniței pot ajuta copilul să înțeleagă ce îl așteaptă și să-i diminueze anxietatea.

Primele săptămâni

1. Rutina: Stabiliți o rutină de dimineață și de seară care să includă pregătirea pentru grădiniță și relaxarea după o zi de activități.

2. Adaptarea treptată: Unele grădinițe oferă un program de adaptare treptată, permițând copilului să petreacă mai întâi câteva ore și să-și prelungească treptat timpul petrecut acolo.

3. Liniștirea copilului: Asigurați-vă că copilul știe că este normal să simtă dor de casă sau să fie nervos, dar că educatorii sunt acolo pentru a-l ajuta.

În timpul anului școlar

1. Comunicarea cu cadrele didactice: Mențineți o comunicare deschisă cu educatorii pentru a monitoriza progresul copilului și pentru a discuta despre orice îngrijorare.

2. Participarea la activități: Implicați-vă în activitățile grădiniței, dacă este posibil, pentru a arăta copilului că valorăți educația sa și că sunteți un suport pentru el.

3. Încurajarea independenței: Încurajați copilul să facă singur anumite activități (de exemplu, să se îmbrace, să-și strângă jucăriile etc.), pentru a-i crește încrederea în sine.

4. Socializarea: Încurajați copilul să vorbească despre prietenii săi de la grădiniță și să organizeze întâlniri de joacă, ceea ce poate ajuta la dezvoltarea abilităților sociale.

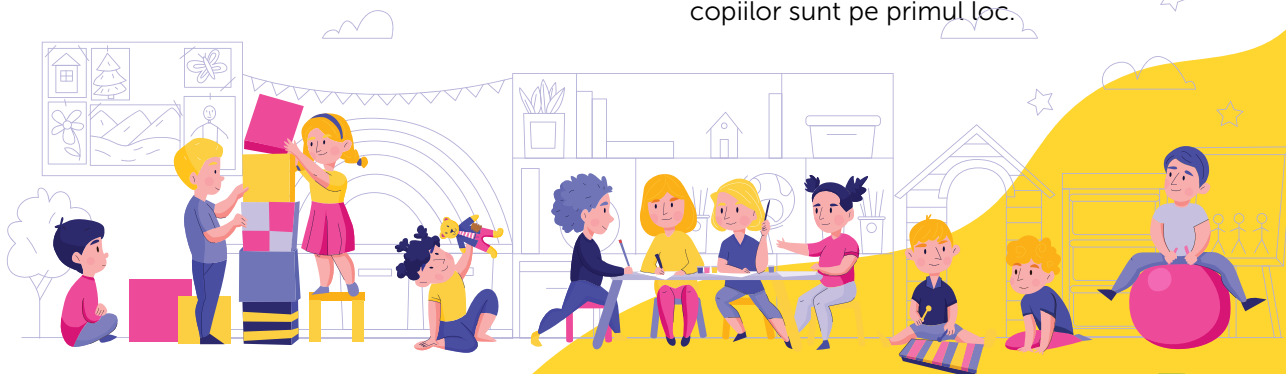
Suport emoțional

1. Ascultarea activă: Ascultați cu atenție temerile și preocupările copilului, oferindu-i suport și înțelegere.

2. Liniștire și încurajare: Oferiți îmbrățișări, cuvinte de încurajare și asigurați copilul că este în siguranță și iubit.

3. Răbdare și înțelegere: Fiecare copil se adaptează la grădiniță în ritmul său. Fiți răbdători și oferiți suport constant.

Prin urmarea acestor sfaturi, puteți ajuta la o tranziție cât mai lină pentru copilul dvs., facilitând adaptarea la noul mediu de la grădiniță. Este important să ne amintim că adaptarea este un proces, nu un eveniment, și că nevoile copiilor sunt pe primul loc.



**S.O.S,
strigă natura!**



Dragi părinți și copii, vrem să vă povestim despre bucuria sosirii primăverii și despre beneficiile acestui anotimp.

Am traversat o iarnă interesantă din punct de vedere termic. Totuși, cum temperaturile au avut variații semnificative, uneori chiar de la o zi la alta, corpul nostru nu a avut răgazul necesar de a se regla termic într-un timp atât de scurt. Astfel, cu toții am experimentat nenumărate stări de răceală, gripe, viroze diverse, intrând destul de slăbiți imunitar în sezonul de primăvară blândă.

În acest context, este util să cunoaștem și modalitățile prin care să ne hrănim corect și sănătos. Nu mai puțin important și, totodată, adevărat este faptul că alimentația noastră trebuie adaptată stilului nostru de viață, așa cum și reciproca este cât se poate de valabilă: și stilul de viață trebuie adaptat la alimentație.

Protejând natura, vom beneficia cu toții de roadele sale, de cele mai gustoase legume sezon, cu un potențial deosebit de bogat în vitamine și minerale.

Legumele specifice sezonului sunt:

- morcovul (conține vitamina C și potasiu)
- varza albă (conține vitamina A, vitamina C și magneziu)
- țelina (conține vitaminele A, B1, B2, C, calciu, potasiu, magneziu și fier)
- spanacul (conține vitaminele B1, B2, B3, B6, C, E și mineralele fier, potasiu, calciu, magneziu, fosfor și zinc)
- ridichiile (conțin complexul vitaminic B, vitamina C, dar și calciu, magneziu, zinc, fosfor, cupru)
- mărarul (conține vitaminele A și C, calciu, fier)
- leușteanul (conține vitaminele A, C, calciu, fier și potasiu)

Vă dorim o primăvară bogată în alimente gustoase, pline de vitamine și minerale, la care adăugăm și soarele blând de care are atâta nevoie corpul nostru!

de Dan Roșca



Mici,
dar talentați!

ZIUA LUI Eminescu

Preșcolarii Grădiniței cu program prelungit *Prietenii Mei* au marcat, la mijlocul lunii ianuarie, Ziua Culturii Naționale și au celebrat 174 de ani de la nașterea marelui poet Mihai Eminescu. Copiii au pregătit recitaluri de poezie și ateliere de arts&crafts inspirate din versurile eminesciene.

Prin aceste activități, copiii au descoperit și sărbătorit frumusețea și bogăția culturii românești, în timp ce și-au dezvoltat creativitatea, imaginația și aprecierea pentru artă și literatură.



Ziua Națională CONSTANTIN BRÂNCUȘI

Performanță

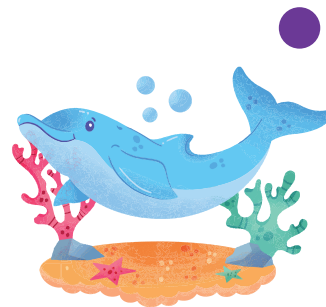
Preșcolarii Grădiniței cu program prelungit *Prietenii Mei* și-au unit forțele și au realizat o machetă deosebită: Ansamblul sculptural Constantin Brâncuși de la Târgu Jiu. Mai mult, copiii au învățat despre viața și operele marelui sculptor român.

Ansamblul monumental din Târgu-Jiu cuprinde operele realizate de Constantin Brâncuși în perioada 1937-1938 și a fost menit să preamărească „memoria eroilor gorjeni care s-au jertfit în războiul de întregire”. Brâncuși a fost invitat la Târgu-Jiu să ridice acest monument de către Liga Națională a Femeilor Gorjene.



**Curiozități:
Știați că ... ?**

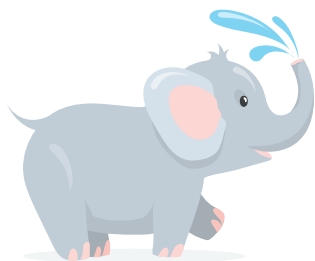
1. Știați că delfinii au fost declarați drept cele mai inteligente ființe, după oameni?



2. Știați că struții mănâncă, printre altele, și nisip?



3. Știați că elefanții adoră apa și își petrec mult timp în râuri, lacuri sau mlaștini?



4. Știați că furnica poate supraviețui 2 săptămâni sub apă?



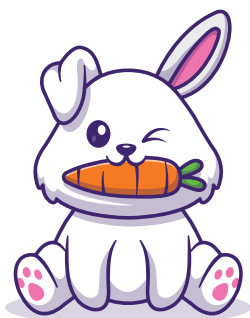
5. Știați că rinocerul se protejează de căldură rostogolindu-se prin noroi?



6. Știați că, pe parcursul întregii sale vieți, o singură vacă poate da peste 500.000 de pahare de lapte (adică 250.000 de litri)?



7. Știați că dinții iepurilor cresc de-a lungul întregii vieți? De aceea, ei trebuie să ronțăie ceva tot timpul, pentru a-i păstra la o dimensiune normală.





Găsește drumul pe care cei doi copii trebuie să îl parcurgă de la grădiniță către casă. Trasează drumul cu un creion!



Copiii din imaginea de mai jos mănâncă fructe. Denumește fiecare fruct.



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

Florentina Cristea – Director Grădinița cu program prelungit *Prietenii Mei*, Manager coordonator Școala Gimnazială IPSB
Iuliana Radu – PR și Marketing

Redactori: Ioana Gheorghe, Teodora Brebu, Dan Roșca, Mimi Constantin, Geanina Voinea, Livia Novac, Ioan Neghiuc, Daniela Tănăsă, Raluca Fricosu, Gabriela Neagu, Andreea Capră, 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 Mâine

Fundamental Creative Hub

Tipografia Fundația România de Mâine

Contact

Grădinița *Prietenii Mei*

Telefon fix – 021 222 46 42

gradinitaprieteniiemei@gmail.com

www.gradinitaprieteniiemei.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

