



## Ήλιος: Ο φωτεινός μας φίλος

Φανταστείτε ένα τεράστιο, λαμπερό μπαλάκι φωτιάς στον ουρανό. Αυτός είναι ο ήλιος, ο καλύτερός μας φίλος!

**Χάρη στον ήλιο, τα λουλούδια και τα δέντρα μεγαλώνουν.** Όταν ο ήλιος λάμπει, τα φυτά ανοίγουν τα φύλλα τους για να πιάσουν τις ακτίνες του και γίνονται δυνατά.

**Ο ήλιος μας ζεσταίνει!** Χωρίς αυτόν, η Γη θα ήταν παγωμένη. Οι ακτίνες του ζεσταίνουν τον αέρα και τη γη, ώστε να παίζουμε έξω στις ζεστές μέρες.

**Μας κάνει και δυνατούς!** Μας βοηθά να φτιάξουμε βιταμίνη D, απαραίτητη για τα κόκαλα και τα δόντια μας. Χάρη στη βιταμίνη D, παίζουμε με ενέργεια!

**Προσοχή όμως!** Ο ήλιος μπορεί να μας κάψει. Όταν λάμπει δυνατά, φοράμε καπέλο και αντηλιακό για να προστατεύσουμε το δέρμα μας.

**Τέλος, ο ήλιος μας χαρίζει όμορφα χρώματα!** Το φως του δεν είναι μόνο λευκό, αλλά αποτελείται από πολλά χρώματα, σαν ένα μαγικό ουράνιο τόξο. Όταν το φως του περνάει μέσα από τον αέρα, το μπλε χρώμα διαχέεται περισσότερο. Γι' αυτό, βλέπουμε τον ουρανό γαλάζιο!



Ο ήλιος είναι πολύ σημαντικός για τη ζωή μας. Μας φωτίζει, μας ζεσταίνει και μας κάνει δυνατούς!

*Κείμενο της συγγραφικής ομάδας*

# Ήλιος: Ο φωτεινός μας φίλος

**Συντονισμός ομάδας σχεδιασμού και ανάπτυξης:** Σταυρούλα Αντωνοπούλου

**Σύλληψη – Δημιουργία – Τεχνική Υλοποίηση:** Σιαψαλάκη Γεωργία

**Σχεδίαση γραφικών:** Γεωργία Σιαψαλάκη με τη χρήση AI Copilot

**Παιδαγωγική επικύρωση αντικειμένου:** Ζωή Γαβριηλίδου

**Μεταφορτώτρια:** Σταυρούλα Αντωνοπούλου

Έκδοση 1.5

Απρίλιος 2025

*Το παρόν αναπτύχθηκε στο πλαίσιο της Πράξης «Συγγραφή, Αξιολόγηση και Ένταξη διδακτικών βιβλίων στο Μητρώο Διδακτικών Βιβλίων και στην Ψηφιακή Βιβλιοθήκη Διδακτικών Βιβλίων» με κωδικό ΟΠΣ (MIS) 6010165, του Προγράμματος «Ανθρώπινο Δυναμικό και Κοινωνική Συνοχή 2021-2027» που υλοποιείται από το Ινστιτούτο Εκπαιδευτικής Πολιτικής και συγχρηματοδοτείται από το Ευρωπαϊκό Κοινωνικό Ταμείο.*