

ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΠΑΙΔΕΙΑΣ, ΘΡΗΣΚΕΥΜΑΤΩΝ ΚΑΙ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ
ΙΝΣΤΙΤΟΥΤΟ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΗΣ ΠΟΛΙΤΙΚΗΣ

Μαρία Βερυκίου | Χρήστος Γκίκας | Ελένη Καβουριάδου
Μαρία Κουτσοκέρα | Μαρία Παπαϊωάννου | Γιούλη Χρήστου

Δ΄ ΔΗΜΟΤΙΚΟΥ

Η Γλώσσα μου

Βιβλίο μαθητή/μαθήτριας

ΔΕΥΤΕΡΟ ΤΕΥΧΟΣ



ΙΝΣΤΙΤΟΥΤΟ ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΑΣ ΥΠΟΛΟΓΙΣΤΩΝ ΚΑΙ ΕΚΔΟΣΕΩΝ «ΔΙΟΦΑΝΤΟΣ»

Δ' ΔΗΜΟΤΙΚΟΥ



Η Γλώσσα μου

Βιβλίο μαθητή/μαθήτριας

ΔΕΥΤΕΡΟ ΤΕΥΧΟΣ

Επιστημονική Επιτροπή Αξιολόγησης

Συντονίστρια / Αξιολογήτρια

Δήμητρα Μοσχόβη

Εν ενεργεία εκπαιδευτικός

Αξιολογήτρια

Ανδριανή Παπαδοπούλου

Εν ενεργεία εκπαιδευτικός

Αξιολογήτρια

Ιωάννα Τσουμπάρη

Εν ενεργεία εκπαιδευτικός

Τεχνικός Εμπειρογνώμονας

Ιωάννης Κάββαλος

Πτυχιούχος Πληροφορικής

Επικουρικός Εμπειρογνώμονας

Παρασκευή Καλογεροπούλου

Πτυχιούχος Γραφιστικής

**Υπεύθυνη Διδακτικού Πακέτου
για το Ινστιτούτο Εκπαιδευτικής Πολιτικής**

Θεοδώρα Τζιαμπάζη

Σύμβουλος Β΄ ΙΕΠ

Πράξη με τίτλο: «Συγγραφή, Αξιολόγηση και Ένταξη διδακτικών βιβλίων στο Μητρώο Διδακτικών Βιβλίων και στην Ψηφιακή Βιβλιοθήκη Διδακτικών Βιβλίων» με κωδικό ΟΠΣ 6010165 στο Πρόγραμμα «Ανθρώπινο Δυναμικό και Κοινωνική Συνοχή» 2021-2027

ΙΝΣΤΙΤΟΥΤΟ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΗΣ ΠΟΛΙΤΙΚΗΣ

Σπυρίδων Δουκάκης

Πρόεδρος του Δ.Σ. του Ινστιτούτου Εκπαιδευτικής Πολιτικής

Υπεύθυνος Πράξης

Διονύσιος Μουρελάτος

Σύμβουλος Α΄ του Ινστιτούτου Εκπαιδευτικής Πολιτικής

Αναπληρωτής Υπεύθυνος Πράξης

Στυλιανός Μαυρατζάς

Σύμβουλος Α΄ του Ινστιτούτου Εκπαιδευτικής Πολιτικής

**«Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης»
και το Πρόγραμμα «Ανθρώπινο Δυναμικό και Κοινωνική Συνοχή»**



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ
Υπουργείο Παιδείας, Θρησκευμάτων
και Αθλητισμού



ΙΝΣΤΙΤΟΥΤΟ
ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΗΣ
ΠΟΛΙΤΙΚΗΣ



Με τη συγχρηματοδότηση
της Ευρωπαϊκής Ένωσης



Πρόγραμμα
Ανθρώπινο Δυναμικό και
Κοινωνική Συνοχή

ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΠΑΙΔΕΙΑΣ, ΘΡΗΣΚΕΥΜΑΤΩΝ ΚΑΙ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ
ΙΝΣΤΙΤΟΥΤΟ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΗΣ ΠΟΛΙΤΙΚΗΣ

Μαρία Βερυκίου | Χρήστος Γκίκας | Ελένη Καβουριάδου
Μαρία Κουτσοκέρα | Μαρία Παπαϊωάννου | Γιούλη Χρήστου

Δ' ΔΗΜΟΤΙΚΟΥ



Η Γλώσσα μου

Βιβλίο μαθητή/μαθήτριας

ΔΕΥΤΕΡΟ ΤΕΥΧΟΣ

ΑΝΑΔΟΧΟΣ ΣΥΓΓΡΑΦΗΣ



ΙΝΣΤΙΤΟΥΤΟ ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΑΣ ΥΠΟΛΟΓΙΣΤΩΝ ΚΑΙ ΕΚΔΟΣΕΩΝ «ΔΙΟΦΑΝΤΟΣ»

ΣΤΟΙΧΕΙΑ ΕΚΔΟΣΗΣ

ΣΥΓΓΡΑΦΙΚΗ
ΟΜΑΔΑ

Μαρία Βερυκίου, Εκπαιδευτικός Πρωτοβάθμιας Εκπαίδευσης (ΠΕ 70), ΒΑ Σπουδές στον Ευρωπαϊκό Πολιτισμό, Μετ Ειδικής Αγωγής και Εκπαίδευσης Ατόμων με Προβλήματα Προφορικού και Γραπτού Λόγου

Χρήστος Γκίκας, Εκπαιδευτικός Πληροφορικής Πρωτοβάθμιας Εκπαίδευσης, MSc Ηλεκτρονικής και Ραδιοηλεκτρολογίας ΕΚΠΑ

Ελένη Καβουριάδου, Εκπαιδευτικός Πρωτοβάθμιας Εκπαίδευσης (ΠΕ 70)

Μαρία Κουτσοκέρα, Εκπαιδευτικός ΠΕ 70, MSc Στρατηγικές Διαχείρισης Περιβάλλοντος-Καταστροφών-Κρίσεων, υποψήφια Διδάκτωρ του Παιδαγωγικού Τμήματος, Πανεπιστημίου Αιγαίου

Μαρία Παπαϊωάννου, Σύμβουλος Εκπαίδευσης ΠΕ70

Β΄ Αθήνας, Καθηγήτρια – Σύμβουλος του ΕΑΠ, ΜΑ Ανάπτυξη Εκπαιδευτικών Προγραμμάτων, PhD Εκπαιδευτική Διοίκηση

Γιούλη Χρήστου, Εκπαιδευτικός Ειδικής Αγωγής Πρωτοβάθμιας Εκπαίδευσης (ΠΕ70.50), MSc Ειδική Εκπαίδευση

ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΙΚΗ ΕΠΙΜΕΛΕΙΑ

Μαρία Παπαϊωάννου

ΣΥΝΤΟΝΙΣΜΟΣ - ΕΠΙΜΕΛΕΙΑ

ΕΚΔΟΣΗΣ

ΓΛΩΣΣΙΚΗ ΕΠΙΜΕΛΕΙΑ

Σίνος Γκιώκας, Φυσικός

Τέτη Παλαιοθοδώρου, Φιλολόγος

ΕΙΚΟΝΟΓΡΑΦΗΣΗ

Κατερίνα Βερούτσου

ΣΧΕΔΙΑΣΜΟΣ ΕΝΤΥΠΟΥ

Μαρία Παπαδάκη, Γραφικές τέχνες

ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗ ΣΕΛΙΔΟΠΟΙΗΣΗ

Μαρία Παπαδάκη, Γραφικές τέχνες

ΜΑΚΕΤΑ - ΣΧΕΔΙΑΣΜΟΣ

ΕΞΩΦΥΛΛΟΥ

Μαρία Παπαδάκη, Γραφικές τέχνες

ΣΥΝΤΕΛΕΣΤΕΣ ΑΝΑΠΤΥΞΗΣ

ΨΗΦΙΑΚΩΝ ΜΑΘΗΣΙΑΚΩΝ

ΑΝΤΙΚΕΙΜΕΝΩΝ

ΣΥΛΛΗΨΗ – ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΙΚΗ

ΕΠΙΜΕΛΕΙΑ ΨΗΦΙΑΚΩΝ

ΜΑΘΗΣΙΑΚΩΝ ΑΝΤΙΚΕΙΜΕΝΩΝ

ΤΕΧΝΙΚΗ ΥΛΟΠΟΙΗΣΗ

ΨΗΦΙΑΚΩΝ ΜΑΘΗΣΙΑΚΩΝ

ΑΝΤΙΚΕΙΜΕΝΩΝ

Συγγραφική ομάδα

Χρήστος Γκίκας

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

4η ΕΝΟΤΗΤΑ

ΙΣΤΟΡΙΕΣ ΓΙΑ ΤΗ ΔΙΑΤΡΟΦΗ - ΕΥ ΖΗΝ

A. Η διατροφή μέσα στον χρόνο	7
B. Μεσογειακή διατροφή	13
Γ. Γευστικά ταξίδια στον κόσμο	20
Δ. Επαναληπτική ενότητα	29

5η ΕΝΟΤΗΤΑ

ΤΑΞΙΔΕΥΟΝΤΑΣ ΣΤΗΝ ΕΛΛΑΔΑ

A. Νησιωτική Ελλάδα	36
B. Ηπειρωτική Ελλάδα	44
Γ. Αστικό τοπίο	50
Δ. Επαναληπτική ενότητα	60

6η ΕΝΟΤΗΤΑ

ΕΠΕΤΕΙΟΙ ΚΑΙ ΓΙΟΡΤΕΣ

A. Έθιμα Αποκριάς και Καθαρής Δευτέρας	67
B. Η επέτειος της 25ης Μαρτίου	75
Γ. Πάσχα	83
Δ. Επαναληπτική ενότητα	88
Γλωσσάριο	94



4η ΕΝΟΤΗΤΑ
ΙΣΤΟΡΙΕΣ ΓΙΑ ΤΗ ΔΙΑΤΡΟΦΗ - ΕΥ ΖΗΝ

Α. Η διατροφή μέσα στον χρόνο

Β. Μεσογειακή διατροφή

Γ. Γευστικά ταξίδια στον κόσμο

Δ. Επαναληπτική ενότητα



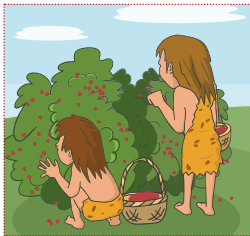
Σε αυτή την ενότητα θα μάθεις:

- Για τη διατροφή του ανθρώπου μέσα στον χρόνο.
- Για τη μεσογειακή διατροφή.
- Συνταγές από όλο τον κόσμο.
- Να διαβάζεις ένα μενού εστιατορίου.
- Πώς να σχεδιάζεις μία συνταγή.
- Τι περιγράφει μία βιογραφία.

✎ Λέξεις-κλειδιά

υγιεινή διατροφή, ιστορία της τροφής

Α. Η διατροφή μέσα στον χρόνο



© www.shutterstock.com



© careerbhaiya.com

Παλαιολιθική εποχή

19ος και 20ός αιώνας



Νεολιθική εποχή

Σήμερα



© www.freepik.com



© designbundles.net

1 Παρατήρησε τις εικόνες και τη γραμμή του χρόνου. Ένωσε κάθε περίοδο της διατροφής του ανθρώπου που αναφέρεται με τα χαρακτηριστικά της.

- | | |
|----------------------|---|
| Παλαιολιθική εποχή ■ | ■ Δημιουργία του κλάδου της βιομηχανίας τροφίμων. |
| Νεολιθική εποχή ■ | ■ Ο άνθρωπος συλλέγει την τροφή του. |
| 19ος-20ός αιώνας ■ | ■ Εξέλιξη του κλάδου της βιομηχανίας τροφίμων. |
| Σήμερα ■ | ■ Ο άνθρωπος εξημερώνει ζώα και καλλιεργεί τη γη. |

Η ιστορία της διατροφής

Στην ιστορία της εξέλιξης της διατροφής διακρίνονται τρεις μεγάλοι σταθμοί, που άλλαξαν καθοριστικά τη δίαιτα και τη διατροφή των ανθρώπων. Αυτοί ήταν η ανακάλυψη και χρήση της φωτιάς, η *εξημέρωση* και συστηματική παραγωγή φυτικών και ζωικών ειδών, και η βιομηχανική επανάσταση.



Οι **πρωτόγονοι** άνθρωποι, κατά την Παλαιολιθική εποχή, αναζητούσαν την τροφή τους στο περιβάλλον στο οποίο ζούσαν, συλλέγοντας καρπούς, ρίζες, βλαστούς και άλλα είδη χόρτων, κυνηγώντας πουλιά, άγρια ζώα και πιάνοντας ψάρια.

Με την πάροδο των χρόνων ο άνθρωπος άρχισε να αξιοποιεί τις γνώσεις που είχε αποκτήσει γύρω από τα φυτά. Είναι η περίοδος της «Παραγωγικής Επανά-



στασης». Ο άνθρωπος μετατρέπεται από *τροφοσυλλέκτης* σε καλλιεργητής. Άρχισε να καλλιεργεί τη γη και να παράγει ένα μεγάλο μέρος της τροφής του. Γύρω στο 4000 π.Χ. ο άνθρωπος έφτιαξε και χρησιμοποίησε τα πρώτα γεωργικά εργαλεία. Τα σιτηρά ήταν τα πρώτα φυτά που καλλιεργήθηκαν.

Η αγροτική ζωή είχε ως επακόλουθο την εξημέρωση των πρώτων βοοειδών και αιγοπροβάτων το 3000 π.Χ. Έτσι ο άνθρωπος εξασφάλισε παραγωγή κρέατος και άλλων ζωικών προϊόντων, καθώς και μυϊκή δύναμη για διευκόλυνση της εργασίας του.

Στη διάρκεια της **μακραίωνης** πορείας του, ο άνθρωπος επινοούσε βαθμιαία μεθόδους για να συντηρεί τα προϊόντα, που έπαιρνε από την καλλιέργεια της γης και την εκτροφή των ζώων, ενώ η ανακάλυψη και η χρήση της φωτιάς υπήρξε σημαντικό επίτευγμα. Εμπειρικές μέθοδοι συντήρησης ήταν η διατήρηση στον πάγο, η ξήρανση, το κάπνισμα, το αλάτισμα, το ψήσιμο και ο βρασμός.

Τον 19ο αιώνα η εξέλιξη του κλάδου της βιομηχανίας των τροφίμων συνετέλεσε στην αναβάθμιση της ποιότητας, της ποσότητας και της ποικιλίας των αγαθών που χρησιμοποιεί ο άνθρωπος για τη διατροφή του. Τον 20ό αιώνα αναπτύχθηκε η επιστήμη της Τεχνολογίας Τροφίμων, που αντικείμενό της ήταν ο χειρισμός, η **επεξεργασία**, η **μεταποίηση** και η συντήρηση των *τροφίμων* γενικά.

Σήμερα η βιομηχανία τροφίμων βασίζεται στην επιστήμη της Τεχνολογίας Τροφίμων και αποτελεί απαραίτητη συνέχεια της παραγωγής της πρώτης ύλης.

Θοδωρής Γιαννόπουλος, «Η ιστορία της διατροφής: Από την παλαιολιθική εποχή, μέχρι το... μέλλον της!» άρθρο, διασκευή

<https://enallaktikidrasi.com/2017/>

Μακραίωνη πορεία

είναι αυτή που διαρκεί πολύ, πολλούς αιώνες.



2

Διάβασε το κείμενο και απάντησε τις ερωτήσεις.

- α) Ποιοι μεγάλοι σταθμοί στην ιστορία της εξέλιξης της διατροφής αναφέρονται στο κείμενο;
- β) Ποιο είναι το χαρακτηριστικό της περιόδου της «Παραγωγικής Επανάστασης»;
- γ) Τι αφορά η επιστήμη της Τεχνολογίας Τροφίμων;

3

Σάρωσε για να δεις είδη τροφίμων.





6 Χώρισε το κείμενο σε παραγράφους, αριθμώντας τες.
Γράψε έναν τίτλο για κάθε παράγραφο.

1

2

3

4

5

6

7



© www.shutterstock.com

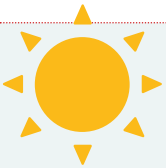


7 Είσαι άνθρωπος της Παλαιολιθικής εποχής. Περίγραψε μία ημέρα σου, δίνοντας έμφαση στις διατροφικές σου συνήθειες.

Τίτλος



Με την
ανατολή
του ήλιου



Κατά
τη διάρκεια
της ημέρας



Η ανατολή
του φεγγαριού

Λεξιλόγιο και εκφράσεις: τροφή, σπόροι, καρποί, βολβοί, ρίζες, τροφοσυλλέκτης, κυνηγός, πέτρες, όπλα, εργαλεία, άγρια θηρία, σπηλιά, βραχογραφίες, ανακάλυψη της φωτιάς, κρέας και δέρματα ζώων, αγκίστρι, ψάρια, ζωγραφική

Β. Μεσογειακή διατροφή

1

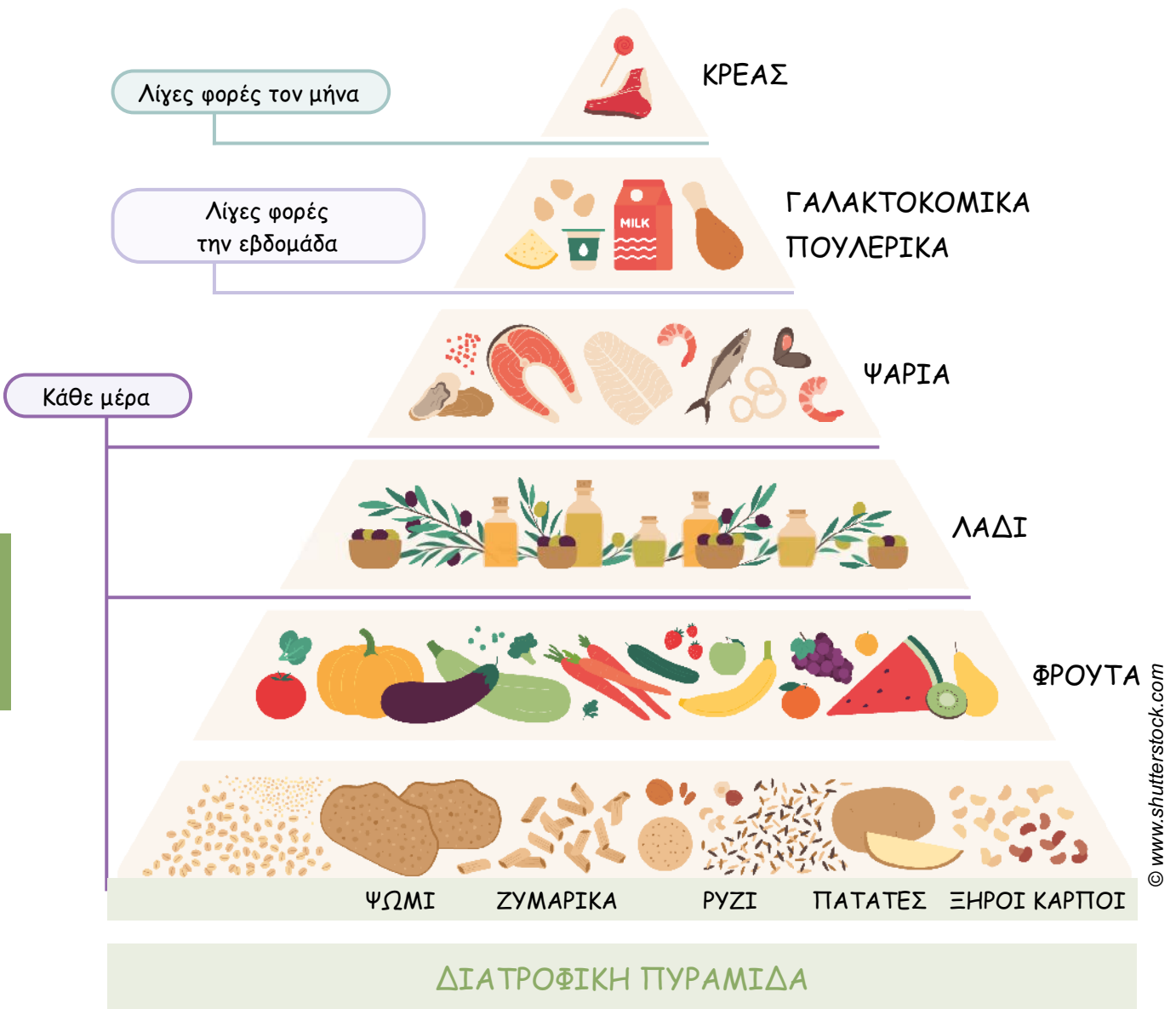
Σάρωσε και παρακολούθησε το βίντεο για την *πυραμίδα* της μεσογειακής διατροφής.



2

Τοποθέτησε τις τροφές στην πυραμίδα σύμφωνα με τη μεσογειακή διατροφή.





Η μεσογειακή διατροφή

Η μεσογειακή δίαιτα είναι ένα από τα πιο δημοφιλή *πρότυπα* διατροφής παγκοσμίως, καθώς τα οφέλη της στην υγεία είναι πολλά και αποδεδειγμένα. Ο όρος «μεσογειακή δίαιτα» αναφέρθηκε για πρώτη φορά τη δεκαετία του 1960 από τον ερευνητή Ancel Keys για να περιγράψει τις ιδιαίτερες διατροφικές συνήθειες των λαών που συνόρευαν με τη Μεσόγειο Θάλασσα. Οι διατροφικές αυτές συνήθειες θεωρήθηκαν σε μεγάλο βαθμό υπεύθυνες για την καλύτερη κατάσταση υγείας, το μεγαλύτερο **προσδόκιμο** ζωής και τη μικρότερη συχνότητα νοσημάτων που εμφάνιζαν οι κάτοικοι των χωρών της Μεσογείου, σε σχέση με χώρες της Αμερικής και της Βόρειας Ευρώπης.



Σήμερα ο όρος «μεσογειακή διαίτα» περιγράφει ένα σύνολο συνηθειών διατροφής, οι οποίες αποδίδονται σχηματικά στη μεσογειακή πυραμίδα. Να σημειωθεί ότι η πυραμίδα απεικονίζει συστάσεις που απευθύνονται στον ενήλικο πληθυσμό, για παράδειγμα η προτεινόμενη ποσότητα και συχνότητα κατανάλωσης των διαφόρων τροφίμων μπορεί να είναι διαφορετική για τα παιδιά και τους εφήβους. Παρ' όλα αυτά, οι βασικές αρχές της μεσογειακής διαίτας μπορούν να εφαρμοσθούν από το σύνολο του πληθυσμού.

Συνοπτικά, το συγκεκριμένο πρότυπο διατροφής χαρακτηρίζεται από υψηλή κατανάλωση επεξεργασμένων δημητριακών, φρούτων, λαχανικών και ελαιόλαδου, μέτρια κατανάλωση γαλακτοκομικών προϊόντων, οσπρίων, ξηρών καρπών, ψαριών, πουλερικών και αβγών, και περιορισμό της κατανάλωσης κόκκινου κρέατος και γλυκών.

Επιπλέον, η μεσογειακή διαίτα στηρίζεται στον περιορισμό της **κατανάλωσης** αλατιού και την αντικατάστασή του με μπαχαρικά, μυρωδικά και βότανα, στην εξασφάλιση επαρκών επιπέδων υδάτωσης μέσω της κατανάλωσης άφθονου νερού και αφεψημάτων, καθώς και στην επιλογή παραδοσιακών, τοπικών και φιλικών προς το περιβάλλον τροφίμων. Πέρα όμως από τις διατροφικές συνήθειες, στη νέα μεσογειακή πυραμίδα **δίνεται έμφαση** και σε άλλα χαρακτηριστικά του τρόπου ζωής, όπως στην τακτική σωματική δραστηριότητα, την επαρκή ανάπαυση και την κοινωνικότητα.



«Δίνω έμφαση» σημαίνει:

- α) αποδίδω ιδιαίτερη προσοχή σε κάποιον/κάποια ή κάτι.
- β) αποδίδω ελάχιστη βαρύτητα σε κάποιον ή κάτι.

eyzhn.edu.gr

3

Διάβασε το κείμενο και απάντησε στις ερωτήσεις.

- α) Τι είναι η μεσογειακή διατροφή;
- β) Τι είναι η μεσογειακή πυραμίδα της διατροφής;
- γ) Σε τι δίνει έμφαση η νέα μεσογειακή πυραμίδα;

4

Σάρωσε για να δεις πού βρίσκεται η Μεσόγειος Θάλασσα, καθώς και τους λαούς που βρέχονται από αυτή.





5 Βάλε ✓ στο σωστό κουτάκι.

	Σ	Λ
Τα οφέλη της μεσογειακής διατροφής έχουν αποδειχθεί.		
Η διατροφή των λαών που συνορεύουν με τη Μεσόγειο Θάλασσα δεν σχετίστηκε με το προσδόκιμο ζωής τους.		
Οι συστάσεις της μεσογειακής πυραμίδας απευθύνονται σε ενήλικες.		
Οι βασικές αρχές της μεσογειακής δίαιτας δεν μπορούν να εφαρμοσθούν από το σύνολο του πληθυσμού.		
Το μεσογειακό πρότυπο διατροφής προτείνει την απεριόριστη κατανάλωση αλατιού και μυρωδικών.		
Με το μεσογειακό πρότυπο διατροφής δεν πρέπει να συνδυάζονται η σωματική άσκηση και η ξεκούραση.		
Είναι σωστό τα μικρά παιδιά να ακολουθούν το πρότυπο της μεσογειακής διατροφής.		



6 Απάντησε στις ερωτήσεις σύμφωνα με το παραπάνω κείμενο.

α) Οι διατροφικές συνήθειες των λαών που συνόρευαν με τη Μεσόγειο Θάλασσα θεωρήθηκαν υπεύθυνες για:

-
-
-

β) Τι είδους τροφές περιλαμβάνει το μεσογειακό πρότυπο διατροφής;


.....

.....

.....

7 Σάρωσε και βάλε τις τροφές στις σωστές ομάδες.





MENU

Ορεκτικά και σαλάτες

- σκορδόψωμο με σάλτσα ντομάτας.....5 €
- μελιτζάνες τηγανητές με σάλτσα ντομάτας.....7 €
- ψητά σπαράγγια με σάλτσα γιαουρτιού.....7 €
- βραστά λαχανικά.....8 €

MENU

Κυρίως πιάτα

- ψαρόσουπα15 €
- κοτόπουλο λεμονάτο με ρύζι.12 €
- μακαρόνια με κιμά.....11 €
- σουφλέ με ελληνικά τυριά....10 €
- γίγαντες στον φούρνο.....9 €

Ποτά

- κόκκινο κρασί ποτήρι.....4 €
- λευκό κρασί ποτήρι.....4 €
- φυσικός χυμός πορτοκάλι.....6 €
- ανθρακούχο νερό2,5 €

8 Τι δείχνει η παραπάνω εικόνα;

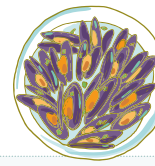
.....

.....

9 Γράψε από ποιες κατηγορίες του μενού μπορεί κάποιος ή κάποια να επιλέξει φαγητό.

.....

4η ΕΝΟΤΗΤΑ: ΙΣΤΟΡΙΕΣ ΓΙΑ ΤΗ ΔΙΑΤΡΟΦΗ - ΕΥ ΖΗΝ



10 Υπάρχουν επιλογές στο μενού που ανταποκρίνονται στο πρότυπο της μεσογειακής διατροφής; Διάλεξε μία από κάθε κατηγορία και δικαιολόγησε την απάντησή σου.

.....

.....

.....

.....



11 Σκέψου και γράψε σε κάθε κατηγορία μία επιλογή που δεν ανήκει στο πρότυπο της μεσογειακής διατροφής.



Ορεκτικά και σαλάτες

•

.....



Κυρίως πιάτα

•

.....



Ποτά

•

.....

12

Σάρωσε για να επιλέξεις τα φαγητά που ανήκουν στη μεσογειακή διατροφή.



13

Συμπλήρωσε μαζί με την ομάδα σου ένα πλάνο ημερήσιας διατροφής, όπως αυτό που φαίνεται παρακάτω. Στη συνέχεια συγκρίνετε τις επιλογές σας με αυτές που προτείνει η μεσογειακή πυραμίδα της διατροφής. Ανακοινώστε τα αποτελέσματα στην τάξη.

Ημερήσιο πρόγραμμα διατροφής

Πρωινό	Μεσημεριανό	Βραδινό
.....
.....
.....
.....
Ενδιάμεσα σνακ:		
.....		
.....		



Γ. Γευστικά ταξίδια στον κόσμο



1

Σάρωσε πάνω σε κάθε σημαία και θα μάθεις ένα παραδοσιακό φαγητό της κάθε χώρας.



2

Τι βλέπεις στις εικόνες;



.....

.....

.....

Φωτ. 1: © Γαστρονόμος Καθημερινής, Κουζίνες του κόσμου Ιαπωνία, σελ. 113
 Φωτ. 2, 3: © <https://chatgpt.com/>



3

Από ποια χώρα πιστεύεις πως προέρχεται το κάθε φαγητό; Γιατί;

Εικόνα 1

Εικόνα 2

Εικόνα 3

.....

4

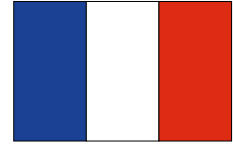
Σάρωσε για να ενώσεις κάθε χώρα με το παραδοσιακό φαγητό της.



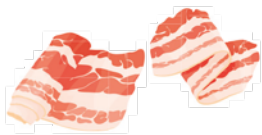
Συνταγή Μαγειρικής

Μίνι ΚΙΣ

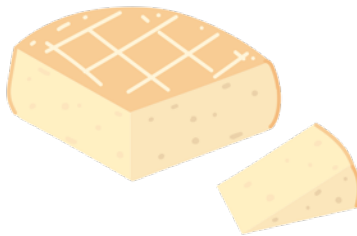
... από τη Γαλλία!



Υλικά



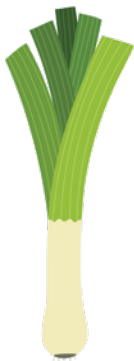
200 γρ.
μπέικον
ψιλοκομμένο



100 γρ.
τριμμένη γραβιέρα



3 αβγά



1 πράσο



1 πρέζα τριμμένο
μοσχοκάρυδο



200 γρ.
τυρί ρικότα



λίγο βούτυρο



λίγο αλάτι

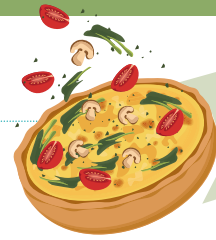


3 φύλλα ζύμης για τάρτα
κομμένα σε 24 κύκλους
διαμέτρου 10 cm



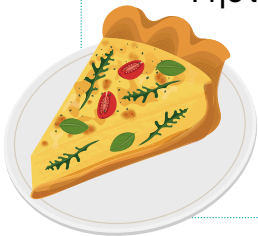
200 ml παχύρρευστη
κρέμα γάλακτος

Εκτέλεση



Βγαίνουν
24
μίνι κικς

- Προθερμάνετε τον φούρνο στους 180°C.
- Αφαιρέστε τα σκληρά σκούρα φύλλα από το πράσο.
- Κόψτε με ένα μαχαίρι το πράσο στη μέση κατά μήκος και πλύντε το καλά.
- Κόψτε το πράσο σε λεπτές φέτες και σοτάρητέ το σε ένα τηγάνι με το βούτυρο και λίγο αλάτι για περίπου 20 λεπτά σε σιγανή φωτιά μέχρι να μαλακώσει.
- Τηγανίστε το μπέικον για λίγα λεπτά μέχρι να γίνει τραχανό.
- Σε ένα μεγάλο μπολ ανακατέψτε με ένα κουτάλι τη ρικότα, τα αβγά, την κρέμα γάλακτος, το τριμμένο τυρί.
- Προσθέστε στο μείγμα αλάτι, μοσχοκάρυδο, το πράσο και το μπέικον.
Προσοχή! Το πράσο με το μπέικον πρέπει να έχουν κρυώσει λίγο!
- Βάλτε τα κυκλάκια της ζύμης σε ένα ταψί για μάφιν 12 θέσεων.
- Γεμίστε το κάθε κυκλάκι με 2-3 κουταλιές από το μείγμα.
- Ψήστε τα για 15-20 λεπτά.
- Επαναλάβετε το ίδιο και με τη δεύτερη φουρνιά.



Felicita Sala, Οδός Νοστιμιάς,
Φουρφούρι, 2019



5 Διάβασε τη συνταγή και απάντησε στις ερωτήσεις.

- Από πού είναι η συνταγή που διάβασες;
- Πόσα είδη τυριών χρησιμοποιούνται στη συνταγή;
- Πόσες μερίδες μίνι κικς «βγάζει» η συνταγή;

6 Σάρωσε για να μάθεις περισσότερα για τη συνταγή «κικς».





7 Γράψε τα δύο μέρη από τα οποία αποτελείται η συνταγή.

.....

.....

.....

.....



Λίστα για ψώνια



8 Ετοιμάζεσαι να πας για ψώνια. Προσπάθησε να καταγράψεις τα υλικά της συνταγής για μίνι κικ και κάνε μια λίστα για να μην ξεχάσεις τίποτα.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Για να ψωνίσεις σωστά πρέπει να σημειώσεις και τις ποσότητες των υλικών!





9 Γιατί πιστεύεις ότι είναι σημαντικό σε μία συνταγή να γνωρίζεις την ακριβή ποσότητα από κάθε υλικό που θα χρησιμοποιήσεις;

.....

.....

.....



10 Σημείωσε τα σκεύη και τα εργαλεία που αναφέρονται στην εκτέλεση της συνταγής για τα μίνικις.

.....

.....



11 Οι οδηγίες για την εκτέλεση της συνταγής μπερδεύτηκαν. Βάλε τες στη σειρά.

Τηγανίζω το μπέικον.	
Προθερμαίνω τον φούρνο.	
Ανακατεύω τα τυριά, τα αβγά και την κρέμα γάλακτος σε ένα μπολ.	
Ψήνω για περίπου 20 λεπτά.	
Γεμίζω τη ζύμη με λίγες κουταλιές από το μείγμα.	
Καθαρίζω, πλένω και κόβω το πράσο.	
Προσθέτω στο μπολ με το μείγμα τυριών, το μοσχοκάρυδο, λίγο αλάτι, το πράσο και το μπέικον.	
Τοποθετώ τη ζύμη σε ένα ταψί.	
Σοτάρω το πράσο με το βούτυρο και λίγο αλάτι.	



12 Και τώρα η σειρά σου! Σου δίνω τα υλικά κι εσύ πρέπει να γράψεις τις οδηγίες για μια διαφορετική κίς!



Τα υλικά είναι για τάρτα κίς λορέν για στρογγυλό ταψάκι με διάμετρο 22 cm

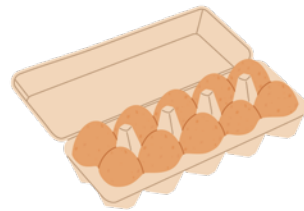
Υλικά



1 πορτοκαλί πιπεριά



1 κόκκινη πιπεριά



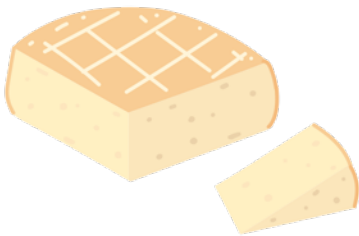
3 αβγά



100 γρ. μανιτάρια



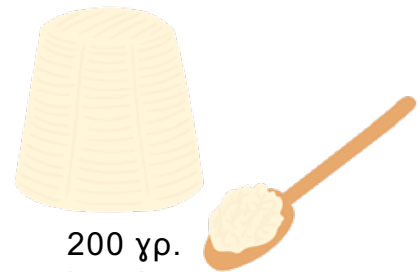
200 γρ. μπέικον ψιλοκομμένο



100 γρ. τριμμένη γραβιέρα



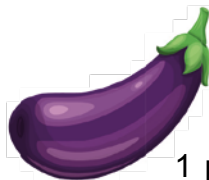
λίγο βούτυρο για το τσιγάρισμα



200 γρ. τυρί ρικότα



1 πρέζα τριμμένο μοσχοκάρυδο



1 μελιτζάνα μικρή



200 ml παχύρρευστη κρέμα γάλακτος



λίγο αλάτι

1 φύλλο ζύμης για τάρτα





13 Διάβασε 4 συνταγές με ρύζι από διαφορετικές χώρες του κόσμου.

ΙΑΠΩΝΙΑ



Ψητές μπάλες ρυζιού (Yaki onigiri)

Υλικά

- 2 κούπες ρύζι γλασέ ή καρολίνα • 400 ml νερό
- 1 κ.σ.¹ αλάτι • 1 κ.σ. φυτικό λάδι
- Σάλτσα σόγιας
- διαλυμένη σε λίγο νερό

Τίνα Μαυροπούλου, *Σπιτικές Ιαπωνικές συνταγές*,
FYLATOS PUBLISHING, 2023

ΙΡΑΝ



Ρύζι με τηγανητό φιδέ και χουρμάδες

Υλικά

- 2 φλιτζ. ρύζι μπασμάτι • 200 γρ. φιδές
- ½ φλιτζ. ελαιόλαδο, βούτυρο γάλακτος
- σε βάζο • 2 κρεμμύδια • ½ - 1 φλιτζ. ξεροί
- χουρμάδες • 1 κ.σ. ξύσμα πορτοκαλιού
- 1 κ.γ. τριμμένο σαφράν • 2 κ.γ. μείγμα
- μπαχαρικών • αλάτι • 400 ml νερό

Κουζίνες του κόσμου: ΙΡΑΝ, *Γαστρονόμος, Καθημερινή*, 2016

ΕΛΛΑΔΑ



Μελωμένο ντοματόρυζο με βασιλικό

Υλικά

- 350 γρ. ρύζι καρολίνα • 3 ώριμες μέτριες
- ντομάτες • ½ κ.σ. ντοματοπελτές
- 1 μέτριο ξερό κρεμμύδι • 2 σκελίδες σκόρδο
- 2 κ.σ. φύλλα βασιλικού • 50 ml ελαιόλαδο
- αλάτι • 500 ml νερό

Καθημερινές γεύσεις: ρύζι, *Γαστρονόμος, Καθημερινή*, 2015

1. κ.σ.: κουταλιά σούπας.



14

Εντοπίστε τις ομοιότητες και τις διαφορές στα υλικά παρασκευής των τριών συνταγών ρυζιού.

ΟΜΟΙΟΤΗΤΕΣ	ΔΙΑΦΟΡΕΣ



15

Γιατί πιστεύεις ότι διαφοροποιούνται τα υλικά από χώρα σε χώρα; Ποιοι παράγοντες καθορίζουν τη διαμόρφωση μιας συνταγής σε κάθε χώρα;

.....

.....

.....

.....

.....

Δ. Επαναληπτική ενότητα



Πήρα από τα παραμύθια
τα κουκιά και τα ρεβίθια
μία φασολιά πελώρια
τον λαγό και τα κοκόρια.

Πήρα όλα τα καρβέλια
τα σταφύλια από τ' αμπέλια
τα εφτά τα κατσικάκια
και τα τρία γουρουνάκια.

Έχουμε σας λέω πανηγύρια
φέρτε πιάτα, φέρτε και ποτήρια.
Μάγειρας, Τσελεμεντές θα γίνω
κι ό,τι μαγειρεύω θα το δίνω στα παιδιά.

Μάγειρας

Φέρτε τα μαχαιροπίρουνά σας
και τα παραμύθια της γιαγιάς σας
τα παιδιά να φάνε και να πιούνε
και ποτέ, ποτέ μην κοιμηθούνε νηστικά.



Με το ζόρι απ' τη φωλιά τους
πήρα τη φωτιά απ' τους δράκους
και απ' τις μάγισσες καζάνια,
κατσαρόλες και τηγάνια.

Έριξα τα υλικά μου
και τα αλατοπίπερά μου.
Απ' τα παραμύθια κλέβω
να 'χω για να μαγειρεύω.



Χρίστος Γ. Παπαδόπουλος, «Μάγειρας», στο βιβλίο - CD:
Το φτερό του δράκου, Μικρή Άρκτος, 2010



1 Διάβασε το ποίημα και απάντησε στις ερωτήσεις.

- Από πού συλλέγει ο στιχουργός τα υλικά για τις συνταγές του;
- Ποια υλικά μαγειρικής έχει συγκεντρώσει ο στιχουργός;
- Τι θα κάνει ο στιχουργός τις τροφές που μαγειρεύει; Εσύ τι θα έκανες το φαγητό που θα μαγειρεύεις αν ήσουν στη θέση του;

2 Ξέρεις ποιος ήταν ο Τσελεμεντές; Σάρωσε για να τον δεις.



Νικόλαος Τσελεμεντές

Έλληνας αρχιμάγειρας (σεφ) και δάσκαλος της μαγειρικής και ζαχαροπλαστικής. Ο *Οδηγός της Μαγειρικής και Ζαχαροπλαστικής*, που εξέδωσε το 1926, «έσπρωξε την ελληνική κατσαρόλα στον σύγχρονο πολιτισμό», όπως έγραψε ο **ακαδημαϊκός** Σπύρος Μελάς. Από τότε, το όνομά του είναι συνώνυμο των οδηγών μαγειρικής.

Ο Νικόλαος Τσελεμεντές γεννήθηκε το 1878 στο χωριό Εξάμπελα της Σίφνου και μεγάλωσε στην Αθήνα, όπου τελείωσε

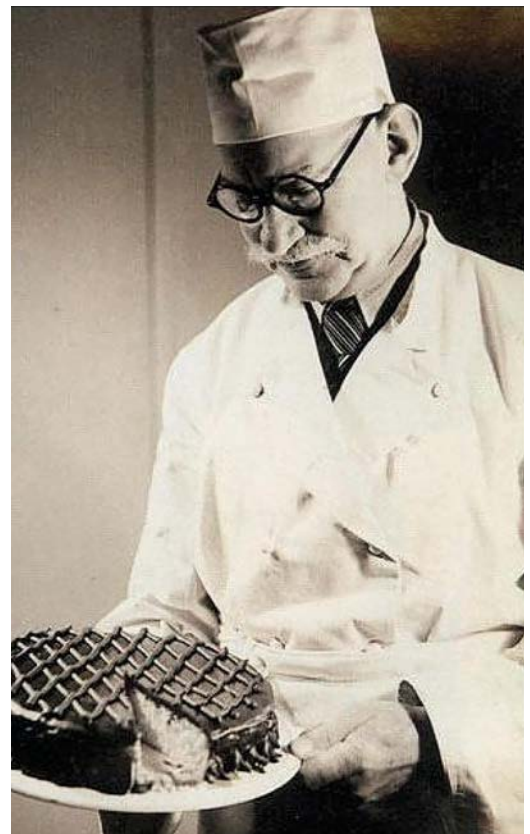


το γυμνάσιο. Αρχικά, δούλεψε σε **συμβολαιογραφείο** και στη συνέχεια ασχολήθηκε με τη μαγειρική, εργαζόμενος στο εστιατόριο του θείου του. Σπούδασε για έναν χρόνο μαγειρική στη Βιέννη και επιστρέφοντας εργάστηκε ως σεφ σε διάφορες πρεσβείες.

Έγινε γνωστός με το περιοδικό *Οδηγός Μαγειρικής*, που άρχισε να εκδίδει το 1910 και το οποίο περιείχε, εκτός από τις συνταγές, διατροφικές συμβουλές, διεθνή κουζίνα και νέα για τη μαγειρική. Το 1919 έγινε διευθυντής του ξενοδοχείου «Ερμής», ενώ τον επόμενο χρόνο έφυγε για την Αμερική, όπου δούλεψε σε μερικά απ' τα ακριβότερα εστιατόρια του κόσμου, κάνοντας παράλληλα και ανώτερες σπουδές μαγειρικής, ζαχαροπλαστικής και διαιτολογίας.

Τον Απρίλιο του 1926 κυκλοφόρησε το βιβλίο *Οδηγός Μαγειρικής και Ζαχαροπλαστικής*, που ήταν ο πρώτος ολοκληρωμένος οδηγός μαγειρικής στη χώρα μας. Το βιβλίο γνώρισε μεγάλη επιτυχία και ανατυπώθηκε πάνω από δεκαπέντε φορές

Ο **ακαδημαϊκός** είναι μέλος της ακαδημαϊκής κοινότητας, δηλαδή πανεπιστημιακός ερευνητής ή καθηγητής.



© www.sansimera.gr

Νικόλαος Τσελεμεντές
(1878-1958)

τις επόμενες δεκαετίες. Επέστρεψε οριστικά στην Αθήνα και ίδρυσε μια μικρή σχολή μαγειρικής και ζαχαροπλαστικής. Το 1950 δημοσίευσε στα αγγλικά ένα βιβλίο για την ελληνική μαγειρική (Greek Cookery).

Επηρεασμένος απ' τη γαλλική κουζίνα, ο Τσελεμεντές υπήρξε *εκσυγχρονιστής* της ελληνικής κουζίνας, καθώς χάρη σ' αυτόν οι Έλληνες έμαθαν την μπεσαμέλ, τα πιροσκή και την μπουγιαμπέσα, πράγμα που κατά μερικούς ισοδυναμούσε με νόθευση της ελληνικής κουζίνας.

Ο Νικόλαος Τσελεμεντές πέθανε στις 2 Μαρτίου του 1958 στην Αθήνα, σε ηλικία 80 ετών. Το όνομά του είναι σήμερα συνώνυμο των οδηγών μαγειρικής, ενώ χρησιμοποιείται και σαν πείραγμα προς κάποιον που ξέρει να μαγειρεύει πολύ καλά.

Νικόλαος Τσελεμεντές,
Έλληνας αρχιμάγειρας (σεφ) και δάσκαλος της μαγειρικής και ζαχαροπλαστικής
<https://www.sansimera.gr/biographies/796>



3 Διάβασε το κείμενο και απάντησε στις ερωτήσεις.

- α) Πού γεννήθηκε, πού μεγάλωσε και πού σπούδασε ο Τσελεμεντές;
- β) Πότε και γιατί έγινε γνωστός ο Τσελεμεντές;
- γ) Για ποιον λόγο ο Τσελεμεντές έφυγε για την Αμερική;
- δ) Τι σημαίνει η φράση «έσπρωξε την ελληνική κατσαρόλα στον σύγχρονο πολιτισμό»;



4 Το κείμενο είναι μια σύντομη βιογραφία του Νικόλαου Τσελεμεντέ. Διαβάστε κάθε παράγραφο και σημειώστε σε τι αναφέρεται η *βιογραφία*. Ακολουθήστε το παράδειγμα.

1η παράγραφος: Τι δουλειά έκανε, ποιο βιβλίο έγραψε.

2η παράγραφος:

.....

3η παράγραφος:

.....

4η παράγραφος:

.....

5η παράγραφος:

.....

6η παράγραφος:

.....



5

Γιατί ο Τσελεμεντές θεωρείται ότι υπήρξε εκσυγχρονιστής της ελληνικής κουζίνας; Συμφωνούν όλοι με αυτό;

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

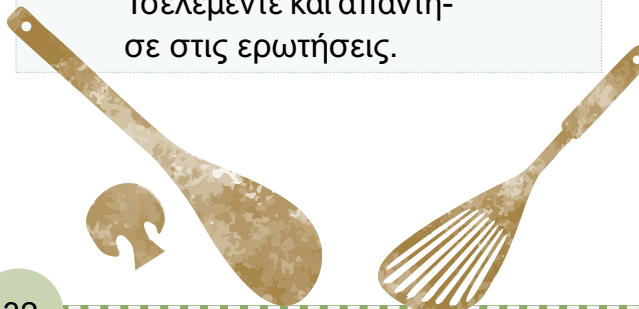
.....

.....



6

Σάρωσε για να παρακολουθήσεις τη συνταγή για σπανακόρυζο του Τσελεμεντέ και απάντησε στις ερωτήσεις.



© www.shutterstock.com



7

Συμπλήρωσε την εκτέλεση της συνταγής του Νικόλαου Τσελεμεντέ με τις παρακάτω λέξεις.

δέσει • κινήσεις • μείγμα • κρυώσει
σβολιάσει • ενσωματωθούν • λεία • βράση
κατσαρόλα • μπαχαρικά • αβγά • ανακατεύετε

Συνταγή μπεσαμέλ (Γαλλία)

Υλικά

- 3 ποτήρια γάλα
- Αλάτι, πιπέρι
- 7 κουταλιές αλεύρι ή κορν φλάουρ
- 5 κουταλιές σούπας βούτυρο
- Μοσχοκάρυδο (προαιρετικά)
- 2 αβγά (ελαφρώς χτυπημένα)



Εκτέλεση

- Ρίχνετε το βούτυρο σε μια και το αφήνετε σε μέτρια φωτιά, να λιώσει. Προσθέτετε το αλεύρι και με ξύλινη σπάτουλα ή με το σύρμα, μέχρι να ενωθεί το αλεύρι με το βούτυρο.
- Προσθέτετε το γάλα με μια κοφτή κίνηση, συνεχίζοντας το ανακάτεμα και προσέχοντας να μη σας το αλεύρι, μέχρι να πετύχετε ένα ομοιογενές
- Μόλις πάρει, χαμηλώνετε την ένταση της φωτιάς και αφήνετε να σιγοβράζει, ανακατεύοντας διαρκώς, μέχρι να η κρέμα.

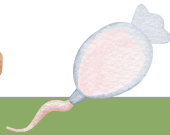
4η ΕΝΟΤΗΤΑ: ΙΣΤΟΡΙΕΣ ΓΙΑ ΤΗ ΔΙΑΤΡΟΦΗ - ΕΥ ΖΗΝ

- Αποσύρετε την κρέμα από τη φωτιά, προσθέτετε τα
(αλάτι, πιπέρι, μοσχοκάρυδο) και την αφήνετε να
- Ρίχνετε στην κρέμα τα ελαφρώς χτυπημένα και ανακατεύετε με γρήγορες για να αμέσως στο μείγμα. Η κρέμα σας πρέπει να είναι

<https://www.foodlife.gr/syntages/>

8

Σάρωσε για να επιλέξεις τα γλυκά της ελληνικής κουζίνας.



Σε ποιον βαθμό έμαθα:

1 2 3 4 5

Για τη διατροφή του ανθρώπου μέσα στον χρόνο.

Για τη μεσογειακή διατροφή.

Συνταγές από όλο τον κόσμο.

Να διαβάζω ένα μενού εστιατορίου.

Πώς να σχεδιάζω μία συνταγή.

Τι περιγράφει μία βιογραφία.

Τι μου άρεσε στην ενότητα «Ιστορίες για τη διατροφή – Ευ ζην».


Τι δεν μου άρεσε στην ενότητα «Ιστορίες για τη διατροφή – Ευ ζην».

1 = καθόλου 2 = πολύ λίγο 3 = μέτρια 4 = πολύ 5 = πάρα πολύ

Α. Νησιωτική Ελλάδα

Β. Ηπειρωτική Ελλάδα

Γ. Αστικό τοπίο

Δ. Επαναληπτική
ενότητα Λέξεις-κλειδιάοργάνωση ταξιδιού,
χάρτες, εισιτήρια

Σε αυτή την ενότητα θα μάθεις:

- Πώς να οργανώνεις ένα ταξίδι.
- Πώς να αναζητάς πληροφορίες για δρομολόγια και εισιτήρια μεταφορικών μέσων.
- Πώς να βρίσκεις πληροφορίες σε έναν ταξιδιωτικό οδηγό.
- Πώς να εντοπίζεις πληροφορίες σε έναν χάρτη και σε ένα διάγραμμα.
- Πώς να «διαβάζεις» μια κριτική για ένα αξιοθέατο.

A. Νησιωτική Ελλάδα



© www.shutterstock.com

Κάστρο Αστυπάλαιας



1 Από την αρχιτεκτονική του οικισμού που βλέπεις στη φωτογραφία πιστεύεις ότι αυτός βρίσκεται:

- α)** σε ένα ορεινό χωριό.
- β)** σε νησί.



2 Βρες την Αστυπάλαια στον χάρτη που ακολουθεί. Στη συνέχεια ονομάτισε μερικά από τα γειτονικά της νησιά.

3 Σάρωσε για να μάθεις για το κάστρο της Αστυπάλαιας.





© <https://dodecanese-islands.webnode.gr/>



4 Βρες στον χάρτη και γράψε μερικά νησιά των Δωδεκανήσων.

.....

.....

.....

.....

5 Σε ποιο νησιωτικό σύμπλεγμα βρίσκεται η Αστυπάλαια; Σάρωσε για να μάθεις για τα νησιωτικά συμπλέγματα της Ελλάδας.



Κυκλαδίτικο



Κυπαρισσόμηλο

© CC BY-SA 3.0. <https://commons.wikimedia.org/>

Στη Μύκονο, στη Σέριφο, στη Σίκινο, στη Μήλο πετάς **κυπαρισσόμηλο** κι εγώ πετάω μήλο. Στην Αμοργό, στην Κίμωλο, στη Νιο, στη Σαντορίνη μου στέλνεις **κιτρολέμονο**, σου στέλνω μανταρίνι.

Παράγγειλα του κύρη σου που πίνει τον καφέ του να σ' έχει **μαντζουράνα** του, να σ' έχει **κατιφέ** του. Παράγγειλα της μάνας σου που πλένει στο σκαφίδι να μη σου λέει πικρόλογα τι θα τη φάει το φίδι. Να δώσει η Μεγαλόχαρη κι η Παναγιά η Κανάλα να μεγαλώσεις γρήγορα σαν τα κορίτσια τ' άλλα. Και τ' Άγιο Λιος ανήμερα στη Νάξο και στην Πάρο να δώσει η Καλαμιώτισσα γυναίκα να σε πάρω.



Κιτρολέμονο

© www.kikionisfruits.gr

Παράγγειλα του κύρη σου που ρίχνει **παραγάδι** να 'ρθει να κουβεντιάσουμε την Κυριακή το βράδυ. Παράγγειλα της μάνας σου που μοιάζει με βαρέλι να σε ποτίζει αφρόγαλο να σε ταΐζει μέλι.



Μαντζουράνα

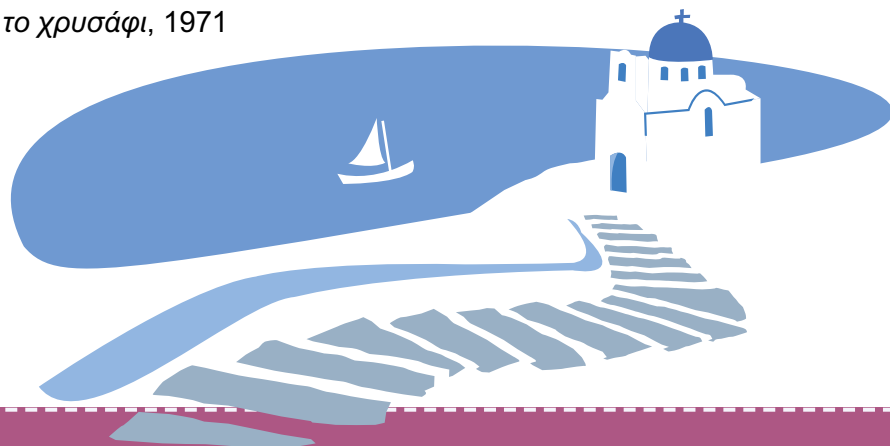
© www.thessfyta.gr

Στη Μύκονο, στη Σέριφο, στη Σίκινο, στη Μήλο πετάς κυπαρισσόμηλο κι εγώ πετάω μήλο. Στην Αμοργό, στην Κίμωλο, στη Νιο, στη Σαντορίνη μου στέλνεις κιτρολέμονο, σου στέλνω μανταρίνι.

Στίχοι: Νίκος Γκάτσος • **Μουσική:** Μάνος Χατζιδάκις
Τραγούδι: Μανώλης Μητσιάς • Από τον δίσκο
Της γης το χρυσάφι, 1971



Κατιφές

© www.shutterstock.com



© www.shutterstock.com

6 Διάβασε το ποίημα και απάντησε στις ερωτήσεις.

- α) Ποια νησιά αναφέρονται στους στίχους;
- β) Ποιες εκκλησίες αφιερωμένες στην Παναγία αναφέρονται στους στίχους;
- γ) Τι εύχεται με το τραγούδι του ο ποιητής;

1ος στίχος

{ Στη Μύκονο, στη Σέριφο, στη Σίκινο, στη Μήλο
πετάς κυπαρισσόμηλο κι εγώ πετάω μήλο.
Στην Αμοργό, στην Κίμωλο, στη Νιο, στη Σαντορίνη
μου στέλνεις κιτρολέμονο, σου στέλνω μανταρίνι.

1η στροφή

7 Υπογράμμισε τη σωστή απάντηση.

- Ποια από τα νησιά αναφέρονται στο ποίημα;
 - α) Σαντορίνη, Κίμωλος, Σίκινος.
 - β) Σίκινος, Αστυπάλαια, Μήλος.
 - γ) Σέριφος, Αμοργός, Ηρακλεία.
- Βρες τι περιγράφει το ποίημα ότι κάνει ο πατέρας της κοπέλας.
 - α) Είναι βοσκός και πίνει τον καφέ του.
 - β) Πίνει καφέ και ρίχνει παραγάδι.
 - γ) Είναι καπετάνιος.

5η ΕΝΟΤΗΤΑ: ΤΑΞΙΔΕΥΟΝΤΑΣ ΣΤΗΝ ΕΛΛΑΔΑ



8 Πόσες στροφές έχει το ποίημα;

.....



9 Πόσους στίχους έχει η κάθε στροφή;

.....

	Ζευγαρωτή	Πλεχτή	Σταυρωτή
1ος στίχος			
2ος στίχος			
3ος στίχος			
4ος στίχος			



10 Γράψε τα ζευγάρια των λέξεων που ομοιοκαταληκτούν.

1η στροφή

2η στροφή

3η στροφή

4η στροφή

.....
.....
.....
.....
.....

11

Η Μαρία, ακούγοντας το κυκλαδίτικο τραγούδι του Μανώλη Μητσιά, αναζήτησε φωτογραφίες για τα νησιά των Κυκλάδων. Σάρωσε για να τις δεις κι εσύ.





12 Γράψε κάτω από κάθε εικόνα πού έχει τραβηχτεί η φωτογραφία και τι νομίζεις ότι δείχνει.

© www.shutterstock.com



.....

.....

.....

.....

.....

© www.shutterstock.com



.....

.....

.....

.....

.....



© www.shutterstock.com

.....

.....

.....

.....

Η Μαρία αποφάσισε να ταξιδέψει στην Κίμωλο για να δει από κοντά το τεράστιο πέτρινο μανιτάρι. Παρακάτω βλέπεις την αναζήτησή της στο διαδίκτυο για τα δρομολόγια των πλοίων.

Πειραιάς - Κίμωλος
Τετ 20 Δεκ 2023 - 1 Επιβάτης

Πηρ	Δευ	Τρι	Τετ	Πεμ	Παρ	Σαβ
7	18	19	20	21	22	23
Δεκεμβρίου	Δεκεμβρίου	Δεκεμβρίου	Δεκεμβρίου	Δεκεμβρίου	Δεκεμβρίου	Δεκεμβρίου

14:55 - 23:20 08ώ 25λ Fastest 43,50 € ΔΕΠΤΟΜΕΡΕΣ ΔΩΡΕΑΝ ασφάλιση έως...

Λεπτομέρειες δρομολογίου

Δρομολόγιο Τιμές & Εκπτώσεις Πλοίο

- Πειραιάς 14:55 Τετ 20 Δεκ 2023
- Κύθνος 18:10 Τετ 20 Δεκ 2023
- Σέριφος 19:40 Τετ 20 Δεκ 2023
- Σίφνος 20:45 Τετ 20 Δεκ 2023
- Μήλος 22:25 Τετ 20 Δεκ 2023
- Κίμωλος 23:20 Τετ 20 Δεκ 2023

13

Παρατήρησε τα αποτελέσματα της αναζήτησης στο διαδίκτυο και απάντησε στις ερωτήσεις.

- Πότε θέλει να ταξιδέψει η Μαρία για την Κίμωλο;
- Από ποιο λιμάνι θα αναχωρήσει το πλοίο;
- Ποια είναι η ώρα αναχώρησης και ποια η ώρα άφιξης;
- Πόση ώρα διαρκεί το ταξίδι Πειραιάς – Κίμωλος και ποιοι είναι οι ενδιάμεσοι σταθμοί;
- Ποιο νησί βρίσκεται πιο κοντά στον Πειραιά και ποιο πιο μακριά; Δικαιολόγησε την απάντησή σου.
- Η Μαρία θα ταξιδέψει με το όχημά της; Δικαιολόγησε την απάντησή σου.



14

Αναζητήσε μαζί με την ομάδα σου το δρομολόγιο ενός πλοίου για τις Κυκλάδες. Σχεδιάστε τη διαδρομή του πλοίου στον χάρτη και σημειώστε τους ενδιαμέσους σταθμούς, εάν υπάρχουν. Στη συνέχεια δημιουργήστε μια λίστα με τις λεπτομέρειες του δρομολογίου.



© www.travelcyclades.gr



Λεπτομέρειες δρομολογίου

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Β. Ηπειρωτική Ελλάδα

The screenshot shows the website interface for Greece tourism. At the top, there are navigation links: ΠΟΥ ΝΑ ΠΑΣ, ΤΙ ΝΑ ΚΑΝΕΙΣ, ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ, ΕΚΔΗΛΩΣΕΙΣ, BLOG, and a user profile icon with ΣΥΝΔΕΣΗ / ΕΓΓΡΑΦΗ and GR. On the left, there is a map of Greece with a sidebar menu for 'Hπειρωτική Ελλάδα' (Mainland Greece) and 'Nησιωτική Ελλάδα' (Island Greece). The sidebar lists regions: Αττική, Ηπειρος, Θεσσαλία, Θράκη, Μακεδονία, Πελοπόννησος, and Στερεά Ελλάδα. Below the list is a link 'ΔΕΙΤΕ ΤΑ ΟΛΑ'. The main content area is titled 'Hπειρωτικοί προορισμοί' and displays a grid of eight destination images with their names: Αθήνα, Θεσσαλονίκη, Ναύπλιο, Ναύπακτος, Βόλος, Ιωάννινα, Καβάλα, and Ξάνθη.

© www.visitgreece.gr

Ηπειρωτική Ελλάδα

Η κρυφή, ανόθευτη γοητεία της ηπειρωτικής Ελλάδας σας περιμένει να την ανακαλύψετε!

Παραδοσιακή, φιλόξενη, υποβλητική, περιπετειώδης, με ιδιαίτερο ανάγλυφο και απρόσμενη εναλλαγή τοπίων, κάθε γωνιά της ενδοχώρας χαρίζει μοναδικές εμπειρίες κοντά στη φύση, δράση, επαφή με την ιστορία και τον πολιτισμό, γνωριμία με τοπικές κουζίνες... με μια φράση, αυθεντικές διακοπές!



1 Παρατήρησε τις παραπάνω εικόνες και απάντησε στις ερωτήσεις.

- α) Από πού είναι οι παραπάνω εικόνες;
- β) Ποιες περιοχές της χώρας μας δεν ανήκουν στην ηπειρωτική Ελλάδα;
- γ) Τι είδους εμπειρίες μπορεί να σου χαρίσει ένα ταξίδι στην ηπειρωτική Ελλάδα;

Περιπέτεια στην Ελλάδα

Ο Γιάννης Τριπόδης είναι εξερευνητής καθηγητής. Φέτος το καλοκαίρι έχει αναλάβει μια μουσική αποστολή στην Ελλάδα μαζί με τους μικρούς πράκτορες Άρη, Δανάη, Μπίλι και Βανέσα. Η μουσική αποστολή θα ξεκινήσει από το νησί της Κέρκυρας.

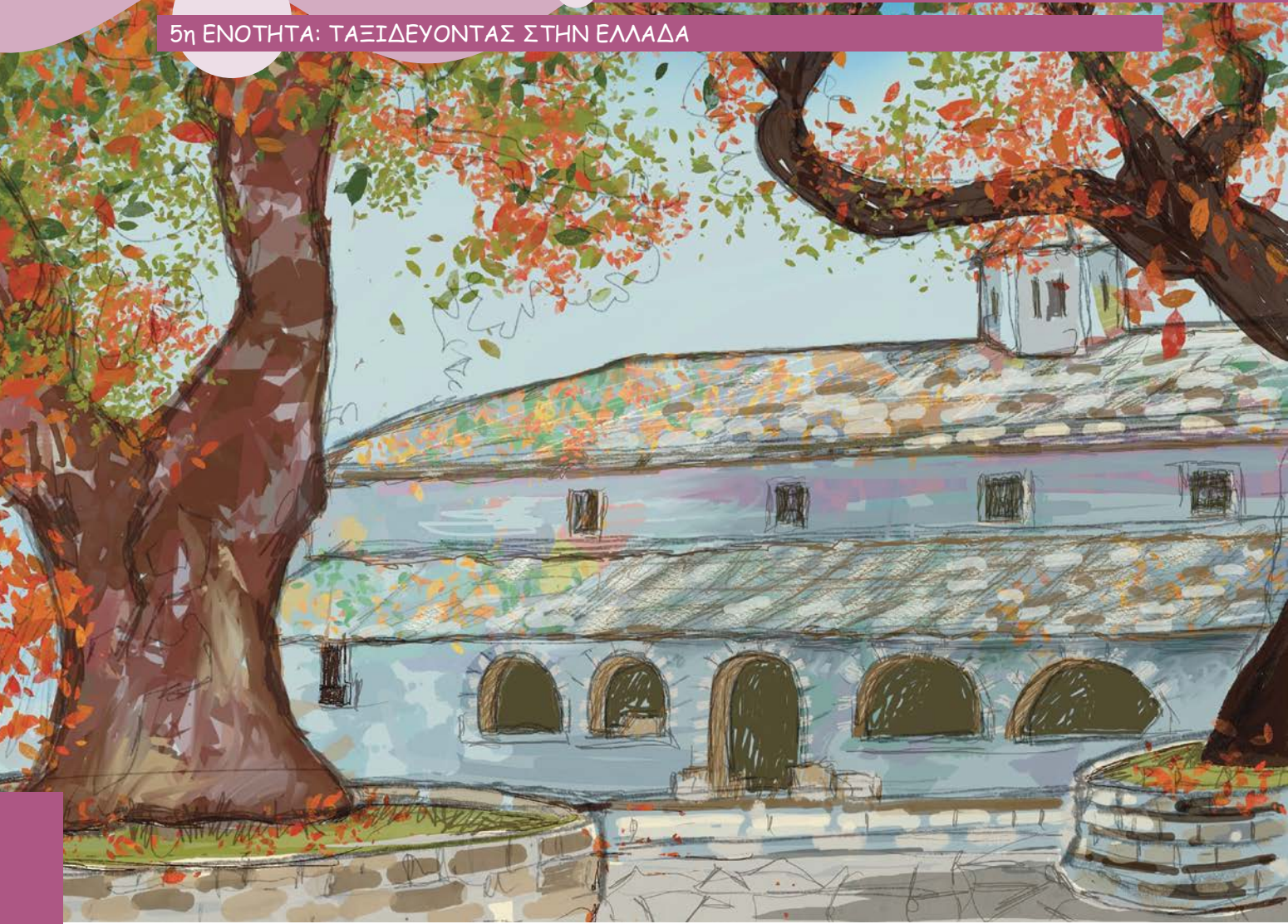
Το φέριμποτ για την Ηγουμενίτσα έφευγε νωρίς το πρωί. Το ταξίδι διήρκησε λιγότερο από μία ώρα. Μόλις αποβιβάστηκαν, πήραν γρήγορα το τοπικό λεωφορείο για τα Ιωάννινα.



Δύο πράγματα **απασχολούσαν** πολύ τον καθηγητή σε όλη τη διαδρομή, μα δεν ήθελε να προκαλέσει ανησυχία στα παιδιά, γι' αυτό δεν είπε τίποτα.

Το πρώτο ήταν πως η Οργάνωση δεν είχε επικοινωνήσει ακόμα μαζί τους για να τους δώσει νέες οδηγίες. Ύστερα, ήταν και κάτι άλλο. Πώς θα πήγαιναν από τα Γιάννενα στα Ζαγοροχώρια και στο Πάπιγκο;





Με αυτές τις σκέψεις ο καθηγητής και η παρέα του έφτασαν στα πανέμορφα Ιωάννινα. Μια στάση σε ένα παραδοσιακό καφενείο, δίπλα στην πανέμορφη λίμνη, για πορτοκαλάδα και παραδοσιακό γλυκό του κουταλιού ήταν ό,τι έπρεπε. «Και τώρα, πώς πάμε στο Πάπιγκο;» ρώτησε η Βανέσα. Δεν είχε προλάβει να τελειώσει τη φράση της όταν έγινε κάτι μοναδικό. Ένα κόκκινο όχημα χωρίς οδηγό διέσχισε τον δρόμο κατά μήκος της λίμνης και σταμάτησε μπροστά τους. «Ο κόκκινος σκαρβαίος μας!» φώναξαν με μια φωνή τα παιδιά.

Ήταν ώρα να αφήσουν πίσω τους τα πανέμορφα Γιάννενα για τον *Εθνικό Δρυμό* του Βίκου. Η διαδρομή ήταν παραδεισένια. Μπροστά τους το τεράστιο φαράγγι του Βίκου που διασχίζει ο ποταμός Αώος, με τις πανύψηλες βουνοκορφές, τα περίτεχνα τοξωτά γεφύρια, τους φυσικούς καταρράκτες, τις αλπικές λίμνες, τα απάτητα δάση με τη σπάνια χλωρίδα και την πλούσια πανίδα. Όλ' αυτά έκαναν τα παιδιά να εντυπωσιαστούν. Σε λίγο πρόβαλαν ένα ένα τα **περίφημα** πετρόχτιστα Ζαγοροχώρια.

Καθώς έφταναν με τα πόδια στην πλατεία του Μεγάλου Πάπιγκου, ένας



χτίστης, που έβαζε τις τελευταίες πέτρινες πλάκες στη σκεπή ενός σπιτιού, άφησε το μυστήρι του και τους ρώτησε:

«Συγγνώμη, μήπως έχετε κάποιο μήνυμα για εμένα; Ονομάζομαι Κώστας Πετρίδης».

Η Δανάη έβγαλε τον κατάλογο με τα υπόλοιπα γνωμικά και απάντησε με νόημα: «**Αγαθόν το εργάζεσθαι**». «Το να εργάζεται κανείς είναι πράγματι αγαθό. Η εργασία είναι δημιουργία και χαρά. Αυτό το σημείωμα είναι για σένα», σχολίασε ο χτίστης Κώστας Πετρίδης και έριξε ένα σημείωμα στη Δανάη: «Μετέωρα».

«Νομίζω πως μας περιμένει το επόμενο γράμμα μαζί με άλλη μια πανέμορφη περιοχή της Ελλάδας», είπε η Δανάη. Δίχως καθυστέρηση πήραν τον δρόμο της επιστροφής με το αυτοκίνητο από τα Ζαγοροχώρια προς τα Μετέωρα. Περνούσαν από τις πηγές του ποταμού Βοϊδομάτη. Έξαφνα ένας βράχος αποκολλήθηκε πάνω από το φαράγγι, κύλησε προς την πλαγιά και σταμάτησε πάνω στον φιδίσιο δρόμο, κλείνοντάς τους την πορεία. «Φίλοι μου, νομίζω πως είναι η κατάλληλη στιγμή για ένα μάθημα ράφτινγκ!» είπε ο καθηγητής.

Γιώργος Κατσέλης, *Περιπέτεια στην Ελλάδα*, Χάρτινη Πόλη, 2019

Το μεν εργάζεσθαι αγαθόν το δε αργείν κακόν.
Ξενοφών,
αρχαίος Έλληνας
ιστορικός
(430-355 π.Χ.)

2

Σάρωσε για να επιλέξεις τα τοπωνύμια που αναφέρονται στο κείμενο.



3

Διάβασε το κείμενο και απάντησε στις ερωτήσεις.

- α) Με ποια μέσα ταξίδευαν ο καθηγητής και η ομάδα του;
- β) Ποιο εμπόδιο συνάντησαν ο καθηγητής και οι μικροί πράκτορες στη διαδρομή τους προς τα Μετέωρα;

4

Περίγραψε τη διαδρομή της παρέας από τα Ιωάννινα προς το Πάπιγκο.

.....

.....

5η ΕΝΟΤΗΤΑ: ΤΑΞΙΔΕΥΟΝΤΑΣ ΣΤΗΝ ΕΛΛΑΔΑ



5 Βάλε ✓ στο σωστό κουτάκι.

	Σ	Λ
Ο εξερευνητής Τριπόδης και οι μικροί πράκτορες ξεκίνησαν από την Ηγουμενίτσα.		
Ο εξερευνητής Τριπόδης δεν είχε καμία έννοια στη διάρκεια της διαδρομής.		
Από την Ηγουμενίτσα η παρέα πήρε το λεωφορείο για τα Μετέωρα.		
Η παρέα έκανε στάση στα Γιάννενα για να ξεκουραστεί.		
Το Πάπιγκο είναι ορεινό χωριό στην περιοχή Ζαγόρι.		
Η παρέα πέρασε από τις πηγές του ποταμού Βοϊδομάτη.		
Ο καθηγητής Τριπόδης είχε οργανώσει μάθημα ράφτιγκ για τους μικρούς πράκτορες.		



6 Παρατήρησε τη λίστα με τα δρομολόγια. Από πού ξεκίνησε ο καθηγητής με τους μικρούς πράκτορες; Δικαιολόγησε την απάντησή σου.

Δρομολόγια πλοίων	Ώρα Αναχώρησης
Ραφήνα–Άνδρος–Τήνος–Μύκονος.....	7.40
Πειραιάς–Πάρος–Νάξος.....	8.30
Κέρκυρα–Ηγουμενίτσα–Πάτρα.....	8.10
Πάτρα–Ηγουμενίτσα–Κέρκυρα.....	17.50
Λαύριο–Κέα.....	13.15
Καβάλα–Θάσος.....	18.00

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

7

Σάρωσε για να παρακολουθήσεις το ταξίδι του καθηγητή Γιάννη Τριπόδη και των μικρών πρακτόρων. Θα χρειαστεί να απαντήσεις κάποιες ερωτήσεις.



14 ω 9 ημέρ...

- Ναύπακτος, 303 00
- Πάτρα
- Αρχαία Ολυμπία, 270 65
- Πύλος
- Καλαμάτα, 241 00
- Γύθειο, 232 00
- Μονεμβασία
- Ναύπλιο
- Αθήνα
- ⊕ Προσθήκη προορισμού

13 ω 41 λεπ.
785 χμ.

8

Παρατήρησε τον χάρτη και απάντησε στις ερωτήσεις.

α) Από ποια πόλη ξεκινά η διαδρομή;

.....

β) Σε ποια πόλη ολοκληρώνεται η διαδρομή;

.....

γ) Ποιος είναι ο επόμενος προορισμός μετά το Γύθειο;

.....

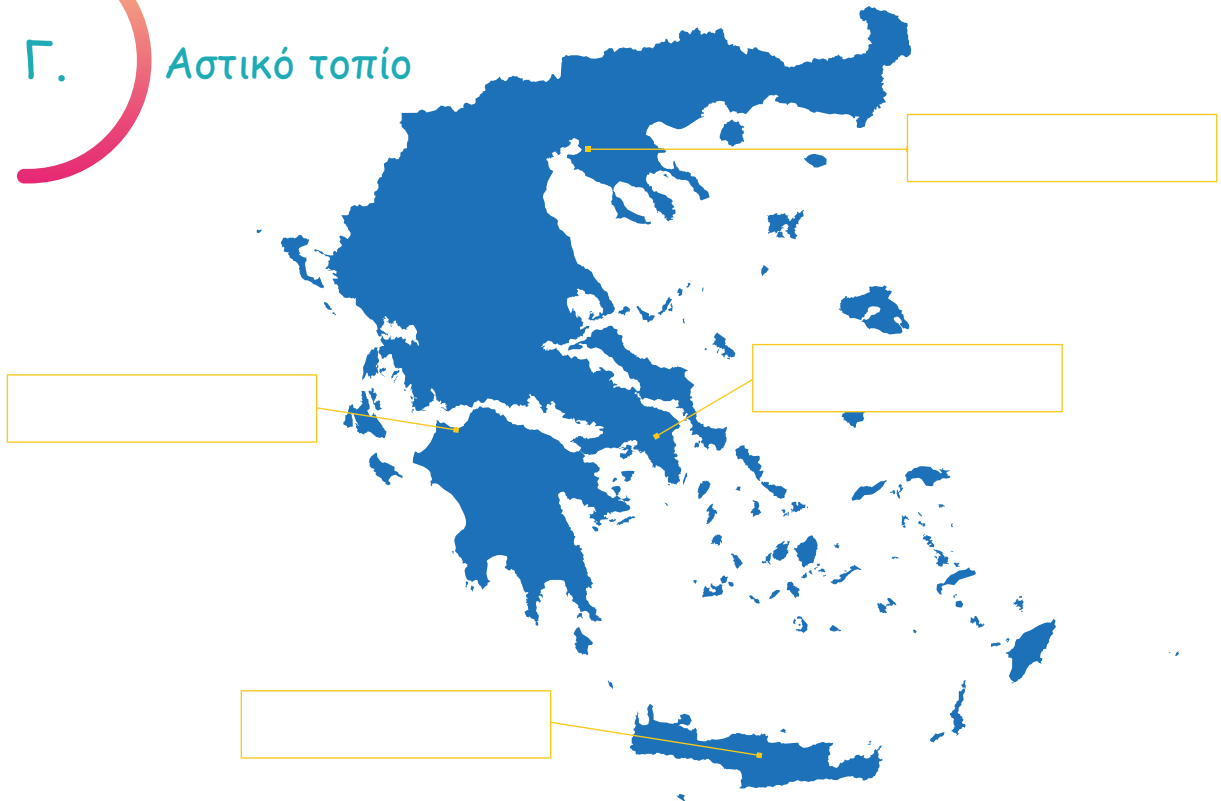
δ) Ποιος προορισμός είναι πιο κοντά στην Πύλο;

.....

9

Αναζήτησε μαζί με την ομάδα σου πληροφορίες για την παραπάνω διαδρομή. Προτείνετε μία δραστηριότητα που θα επιλέγατε να κάνετε για κάθε μέρος εάν το επισκεπτόσασταν.

Γ. Αστικό τοπίο

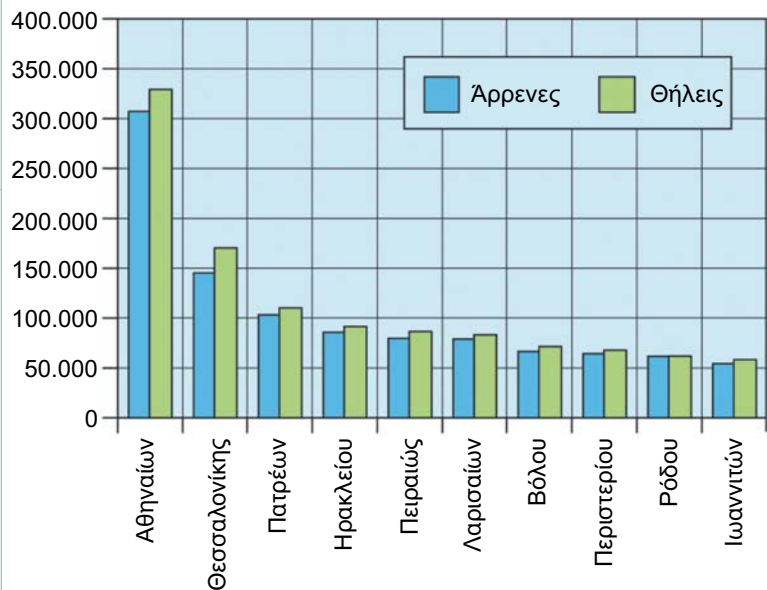


1 Παρατήρησε το διάγραμμα και απάντησε στις ερωτήσεις.

- α) Τι δείχνει το διπλανό διάγραμμα;
- β) Συμπλήρωσε στον χάρτη τις τέσσερις μεγαλύτερες πληθυσμιακά πόλεις της Ελλάδας.

Μόνιμος Πληθυσμός κατά φύλο στους 10 μεγαλύτερους Δήμους της Ελλάδος

Απογραφή Πληθυσμού - Κατοικιών, 2021



2

Η Μαρία σκέφτεται να επισκεφθεί για πρώτη φορά τη φίλη της την Όλγα στην Αθήνα. Σάρωσε για να δεις πώς σχεδιάζει το ταξίδι της.



Η Μαρία προσγειώθηκε στο αεροδρόμιο «Ελευθέριος Βενιζέλος» της Αθήνας. Θα μείνει στην Αθήνα τρεις ημέρες και θα επιστρέψει αεροπορικώς στη Θεσσαλονίκη. Για τις μέρες που θα μείνει στην Αθήνα σκέφτεται να χρησιμοποιήσει τα μέσα μαζικής μεταφοράς.



ΗΜΕΡΗΣΙΟ ΕΙΣΙΤΗΡΙΟ



Ολόκληρο: **4,10 €**
Μειωμένο: —

Εκτός EXPRESS Αεροδρομίου

Το ημερήσιο εισιτήριο ισχύει σε όλα τα μέσα αρμοδιότητας ΟΑΣΑ: λεωφορεία, τρόλεϊ, τραμ, ηλεκτρικό σιδηρόδρομο, μετρό (μέχρι Κορωπί) και στην ΤΡΑΙΝΟΣΕ¹ (στο τμήμα του προαστικού Μαρούλα - Πειραιάς - Κορωπί). Ισχύει στη γραμμή Χ80.

Ισχύει για 24 ώρες από την πρώτη επικύρωσή του.
Δεν ισχύει στις λεωφορειακές γραμμές EXPRESS του αεροδρομίου, και στο μετρό στο τμήμα Κορωπί - Αεροδρόμιο.

- 1. ΤΡΑΙΝΟΣΕ:** συντομογραφία του παλιού ονόματος της εταιρείας που διαχειρίζεται το σιδηροδρομικό δίκτυο και τις μεταφορές στην Ελλάδα.



ΕΝΙΑΙΟ ΕΙΣΙΤΗΡΙΟ 90 ΛΕΠΤΩΝ



Ολόκληρο: **1,20 €**
Μειωμένο: **0,50 €**

Εκτός Αεροδρομίου & Χ80

Το ενιαίο εισιτήριο 90 λεπτών ισχύει σε όλα τα μέσα αρμοδιότητας ΟΑΣΑ²: λεωφορεία, τρόλεϊ, τραμ, ηλεκτρικό σιδηρόδρομο, μετρό (μέχρι Κορωπί) και στην ΤΡΑΙΝΟΣΕ (στο τμήμα του προαστικού Μαρούλα - Πειραιάς - Κορωπί).

Δεν ισχύει στις λεωφορειακές γραμμές EXPRESS του αεροδρομίου, στη γραμμή Χ80 και στο μετρό στο τμήμα Κορωπί - Αεροδρόμιο.

Ο χρόνος ισχύος του ενιαίου εισιτηρίου είναι **90 λεπτά** από την πρώτη επικύρωσή του.

- 2. ΟΑΣΑ:** Οργανισμός Αστικών Συγκοινωνιών Αθηνών.

5η ΕΝΟΤΗΤΑ: ΤΑΞΙΔΕΥΟΝΤΑΣ ΣΤΗΝ ΕΛΛΑΔΑ



ΕΙΣΙΤΗΡΙΟ 5 ΗΜΕΡΩΝ



Ολόκληρο: **8,20 €**
Μειωμένο: –

Εκτός Αεροδρομίου & Χ80

Το εισιτήριο 5 ημερών ισχύει σε όλα τα μέσα αρμοδιότητας ΟΑΣΑ: λεωφορεία, τρόλεϊ, τραμ, ηλεκτρικό σιδηρόδρομο, μετρό (μέχρι Κορωπί) και στην ΤΡΑΙΝΟΣΣΕ (στο τμήμα του προαστικού Μαγούλα - Πειραιάς - Κορωπί).

Ισχύει για 5 πλήρη 24ωρα από την πρώτη επικύρωσή του.

Δεν ισχύει στις λεωφορειακές γραμμές EXPRESS του αεροδρομίου, στη γραμμή Χ 80 και στο μετρό στο τμήμα Κορωπί - Αεροδρόμιο.



ΤΟΥΡΙΣΤΙΚΟ ΕΙΣΙΤΗΡΙΟ 3 ΗΜΕΡΩΝ



Ολόκληρο: **20,00 €**
Μειωμένο: –

1 διαδρομή από/προς Αεροδρόμιο

Το 3ήμερο τουριστικό εισιτήριο ισχύει για 3 πλήρη 24ωρα από την πρώτη επικύρωσή του, σε όλα τα μέσα αρμοδιότητας ΟΑΣΑ: λεωφορεία, τρόλεϊ, τραμ, ηλεκτρικό σιδηρόδρομο, μετρό (μέχρι Κορωπί) και στην ΤΡΑΙΝΟΣΣΕ (στο τμήμα του προαστικού Μαγούλα - Πειραιάς - Κορωπί). Επίσης, περιλαμβάνει μια διαδρομή από και μια προς τον Διεθνή Αερολιμένα Αθηνών με το μετρό ή τις αντίστοιχες λεωφορειακές γραμμές EXPRESS. Το εισιτήριο αυτό ισχύει και στη λεωφορειακή γραμμή Χ80.

3

Παρατήρησε τα εισιτήρια και απάντησε στις ερωτήσεις.

- Πόσα είδη εισιτηρίων βρήκε η Μαρία;
- Ποιο εισιτήριο έχει ισχύ για 90 λεπτά;
- Ποιο είναι το πιο ακριβό εισιτήριο;
- Ποιο εισιτήριο θα επέλεγες αν ήθελες να πας από το αεροδρόμιο προς το Σύνταγμα;



4 Διάβασε προσεκτικά τις πληροφορίες για το ημερήσιο εισιτήριο. Σε ποιες περιπτώσεις ένας πολίτης θα επέλεγε ένα ημερήσιο εισιτήριο;

.....

.....

.....



5 Βάλε ✓ στο σωστό κουτάκι.

	Σ	Λ
Για όλα τα εισιτήρια υπάρχει μειωμένη τιμή.		
Με το ενιαίο εισιτήριο μπορείς να χρησιμοποιήσεις περισσότερα από ένα μεταφορικά μέσα.		
Στον Διεθνή Αερολιμένα Αθηνών μπορείς να φτάσεις μόνο με το μετρό.		
Το τουριστικό εισιτήριο 3 ημερών μπορείς να το χρησιμοποιείς μόνο κατά τη διάρκεια της ημέρας.		



6 Γράψε τις ομοιότητες και τις διαφορές του ημερήσιου εισιτηρίου και του ενιαίου εισιτηρίου 90 λεπτών.

Ομοιότητες	Διαφορές
.....
.....
.....
.....
.....

5η ΕΝΟΤΗΤΑ: ΤΑΞΙΔΕΥΟΝΤΑΣ ΣΤΗΝ ΕΛΛΑΔΑ



7

Γράψε τις ομοιότητες και διαφορές του τουριστικού εισιτηρίου 3 ημερών με το εισιτήριο 5 ημερών.

Ομοιότητες
.....
.....
.....
.....
.....
.....

Διαφορές
.....
.....
.....
.....
.....
.....



8

Γιατί πιστεύεις ότι υπάρχουν διαφορετικού τύπου εισιτήρια;

.....

.....

.....

.....

.....

.....



9

Αν ήσουν στη θέση της Μαρίας, ποιο εισιτήριο θα επέλεγες; Δικαιολόγησε την απάντησή σου.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

10

Εκτός από τα ενιαία εισιτήρια υπάρχουν και τα προϊόντα μεγάλης χρονικής διάρκειας ή, όπως αλλιώς λέγονται, οι «επαναφορτιζόμενες πλαστικές κάρτες». Σάρωσε για να δεις τα χαρακτηριστικά της κάθε επαναφορτιζόμενης κάρτας μεγάλης διάρκειας.



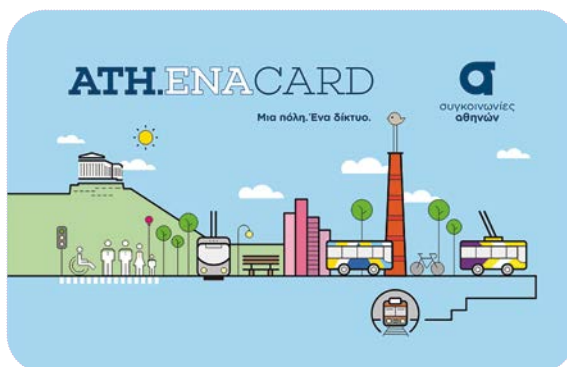
Επαναφορτιζόμενη πλαστική κάρτα



Εισιτήριο προαστιακού



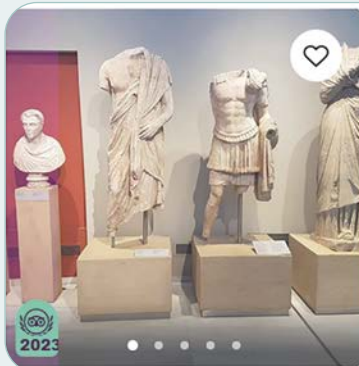
Εισιτήριο μετρό και λεωφορείου



Σ' ευχαριστώ
για τη φιλοξενία!
Σε περιμένω
στη Θεσσαλονίκη!
Μαρία

Η Μαρία φεύγοντας από την Αθήνα άφησε στην Όλγα ένα σημείωμα μαζί με έναν κατάλογο με τα πέντε πιο δημοφιλή αξιοθέατα της πόλης της, της Θεσσαλονίκης.

Τα 5 κορυφαία αξιοθέατα στη Θεσσαλονίκη



1. Αρχαιολογικό Μουσείο Θεσσαλονίκης

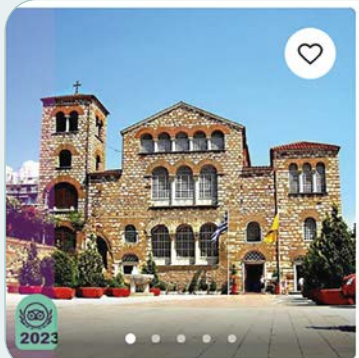
●●●●● 1.519

Μουσεία Ιστορίας

Από: Μαρία82

Τα εκθέματα διατηρούνται σε άριστη κατάσταση, δεν υπήρχε αναμονή κατά την είσοδο και για τις διευκρινίσεις που...

Δείτε τις περιηγήσεις



2. Ιερός Ναός Αγίου Δημητρίου

●●●●● 1.919

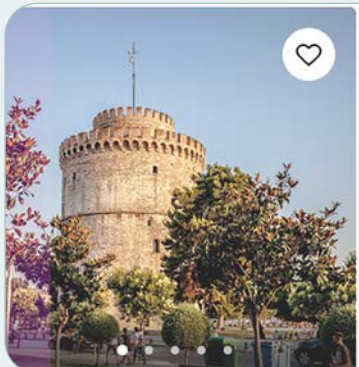
Ιστορικές τοποθεσίες •
Εκκλησίες και Καθεδρικοί
Ναοί

Από: antoniosbezaz

Μεγάλη ευλογία για την πόλη της Θεσσαλονίκης ο Άγιος Δημήτριος. Ιστορικός Ιερός Ναός που αξίζει να πάει ο καθένας μας...

Ανοιχτό τώρα

Δείτε τις περιηγήσεις



3. Λευκός Πύργος

●●●●● 4.832

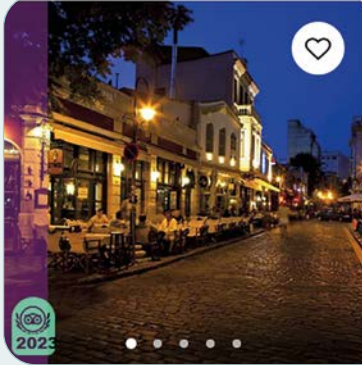
Ορόσημα και Σημεία
Ενδιαφέροντος •
Πλατφόρμες και Πύργοι
Παρατήρησης

Από: antoniantoni

Ίσως το πιο εμβληματικό αξιοθέατο της πόλης. Σε σχέση με παλαιότερη μου επίσκεψη είναι σε πολύ καλύτερη κατάσταση...

Ανοιχτό τώρα

Δείτε τις περιηγήσεις



4. Λαδάδικα

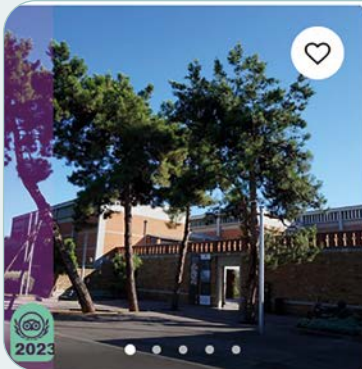
●●●●● 1.695

Ιστορικές τοποθεσίες •
Γειτονιές

Από: Vasilisvas

Η Θεσσαλονίκη είναι μια πανέμορφη πόλη, όλες τις εποχές και πολύ περισσότερο τις ημέρες των γιορτών! Κόσμος παντού...

Δείτε τις περιηγήσεις



5. Μουσείο Βυζαντινού Πολιτισμού

●●●●● 1.054

Μουσεία Ιστορίας
Προσωρινά κλειστό

Από: Spyros39

Το Βυζαντινό Μουσείο της Θεσσαλονίκης έχει μια από τις πιο ενδιαφέρουσες διαρρυθμίσεις μουσείων.

Δείτε τις περιηγήσεις

© www.tripadvisor.com.gr



11

Σε ποιες κατηγορίες αξιοθέατων ανήκουν τα παραπάνω;

.....

.....



12

Ποιο αξιοθέατο έχει τις περισσότερες κριτικές;

.....

.....

13

Σάρωσε για να επιλέξεις το σωστό.





14 Ποιο από τα αξιοθέατα μπορείς να το επισκεφτείς κατά τη διάρκεια της ημέρας και της νύχτας;

.....

.....

.....

.....

Αρχαιολογικό Μουσείο Θεσσαλονίκης



●●●●○ 1.519 κριτικές • Μουσεία Ιστορίας

• 9:00 πμ - 4:00 μμ [Γράψτε μια κριτική](#)

Πληροφορίες

Το Αρχαιολογικό Μουσείο Θεσσαλονίκης είναι από τα μεγαλύτερα μουσεία της χώρας και το κεντρικό μουσείο της Βόρειας Ελλάδας. Με μοναδικές συλλογές αρχαίων αντικειμένων, με πλούσια δραστηριότητα και εξωστρέφεια είναι πάντα έτοιμο να καλωσορίσει τους επισκέπτες του.

🕒 Διάρκεια: 2-3 ώρες



🖼️ Όλες οι φωτογραφίες (1.302)



Κριτικές

4.5 ●●●●○ 1.519 κριτικές

Εξαιρετική 1.070

Πολύ καλή 364

Μέτριο 62

Κακό 15

Πολύ κακό 8

© www.tripadvisor.com.gr

15

Στη διπλανή σελίδα βλέπεις την ανάλυση των κριτικών που έκαναν οι επισκέπτες του Αρχαιολογικού Μουσείου Θεσσαλονίκης. Συμπλήρωσε τα κενά.



- Όσοι το χαρακτήρισαν εξαιρετικό ζωγράφισαν κύκλους.
- Όσοι το χαρακτήρισαν πολύ καλό ζωγράφισαν κύκλους.
- Όσοι το χαρακτήρισαν ζωγράφισαν τρεις κύκλους.
- Όσοι το χαρακτήρισαν ζωγράφισαν δύο κύκλους.
- Όσοι το χαρακτήρισαν δεν ζωγράφισαν

16

Αποφάσισε μαζί με την ομάδα σου ποια είναι τα τρία πιο αγαπημένα σας μαθήματα. Φτιάξτε μια κλείδα καταγραφής, σαν αυτή που δίνεται παρακάτω, και ζητήστε από τα παιδιά του σχολείου σας να βαθμολογήσουν πόσο τους αρέσει κάθε μάθημα. Στη συνέχεια δημιουργήστε μια λίστα με τα τρία πιο δημοφιλή μαθήματα στο σχολείο σας και αναρτήστε τη στον πίνακα ανακοινώσεων ή στο ιστολόγιο του σχολείου σας.

Το αγαπημένο μου μάθημα:

Γυμναστική	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Μαθηματικά	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Εικαστικά	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

παράδειγμα
κλείδας

Δ. Επαναληπτική ενότητα

ΟΙ 10 ΔΗΜΟΦΙΛΕΣΤΕΡΟΙ ΑΡΧΑΙΟΛΟΓΙΚΟΙ ΧΩΡΟΙ ΤΗΣ ΕΛΛΑΔΑΣ

① **Βράχος της Ακρόπολης, Αθήνα**
Ακρόπολη, Αθήνα

② **Σούνιο, Αττική**
Σούνιο, Αττική

③ **Αρχαία Ολυμπία**
Αρχαία Ολυμπία, Πελοπόννησος

④ **Μυκήνες, Πελοπόννησος**
Μυκήνες, Πελοπόννησος

⑤ **Επίδαυρος, Πελοπόννησος**
Επίδαυρος, Πελοπόννησος

⑥ **Δελφοί, Στερεά Ελλάδα**
Δελφοί, Στερεά Ελλάδα

⑦ **Δίον, Μακεδονία**
Δίον, Μακεδονία

⑧ **Βεργίνα, Μακεδονία**
Βεργίνα, Μακεδονία

⑨ **Δήλος, Κυκλάδες**
Δήλος, Κυκλάδες

⑩ **Κνωσός / Φαιστός, Κρήτη**
Κνωσός / Φαιστός, Κρήτη

Πηγή: www.discovergreece.com

1

Σάρωσε πάνω σε κάθε αρχαιολογικό χώρο και θα μάθεις περισσότερα για αυτόν.



Μέγας Αλέξανδρος

Έβρεχε, έβρεχε, έβρεχε. Όλη η γη πια δεν ήταν παρά λάσπη, οι ποταμοί φούσκωσαν, βροντές κι αστραπές μέρα και νύχτα. Προχωρούσαν βουτώντας στη λάσπη, μουσκεμένοι, τουρτουρίζοντας, τα ρούχα τους είχαν γίνει κουρέλια, παράξενες αρρώστιες τούς τσάκιζαν τα γόνατα· ήταν κουρασμένοι, δεν ήθελαν πια να προχωρήσουν.

«Πού πάμε; Πού πάμε;» ρωτούσαν. «Μήνες και μήνες προχωρούμε. Πού πάμε;»

Μα κανένας δεν τους έδινε απάντηση.



«Μουρμουρίζουν οι **στρατιώτες**», είπε μια μέρα ο Πτολεμαίος στον Αλέξανδρο.

«Ας μουρμουρίζουν», αποκρίθηκε ο Αλέξανδρος. «Φτάνει να υπακούουν».

Μα ύστερα από λίγες μέρες ο Ηφαιστίων **ζύγωσε** τον Αλέξανδρο.

«Δεν θέλουν πια να υπακούουν», είπε. «Σταμάτησαν».

«Τι θέλουν;»

«Να γυρίσουν πίσω».

«Πού;»

«Στην Ελλάδα».

«Εδώ είναι η Ελλάδα, παντού είναι η Ελλάδα», φώναξε ο Αλέξανδρος.

«Δεν το καταλαβαίνουν;»



«Όχι», **αποκρίθηκε** ο Ηφαιστίων. «Θέλουν τα σπίτια τους, τα χωράφια τους στη Μακεδονία, στη Θεσσαλία, στην Ελλάδα».

«Εγώ τους έδωσα παλάτια και χώρες απέραντες, τη Λυδία, τη Φρυγία, την Καππαδοκία, τη Φοινίκη, την Αίγυπτο, τη Συρία, τη Μεσοποταμία, την Υκρανία, τη Βακτριανή, τη Σογδιανή, το Αφγανιστάν, τις Ινδίες, δεν τους φτάνουν;»

«Δεν θέλουν τον κόσμο», αποκρίθηκε ο Ηφαιστίων, «θέλουν τα μικρά τους σπιτάκια στη Μακεδονία, στη Θεσσαλία, στην Ελλάδα».

«Να 'ρθουν εδώ μπροστά μου όσοι παραπονιούνται. Θα τους μιλήσω».

Τη μέρα εκείνη η βροχή είχε πάψει.



«Ζύγωσε» σημαίνει:

α) απομακρύνθηκε.

β) πλησίασε.

Νίκος Καζαντζάκης, *Μέγας Αλέξανδρος*,

Διόπτρα, 2023



2 Διάβασε το κείμενο και απάντησε στις ερωτήσεις.

- α) Τι ρωτούσαν επαναλαμβανόμενα οι στρατιώτες του Μεγάλου Αλεξάνδρου;
- β) Γιατί οι στρατιώτες σταμάτησαν να υπακούν;
- γ) Γιατί ο Αλέξανδρος πίστευε ότι οι στρατιώτες του θα έπρεπε να συνεχίσουν την εκστρατεία τους;
- δ) Αν θέλεις να μάθεις περισσότερα για τον Μέγα Αλέξανδρο, ποιον αρχαιολογικό χώρο θα επισκεφθείς;

6



3 Σκέφτεσαι μαζί με την ομάδα σου να επισκεφθείτε τον αρχαιολογικό χώρο της Βεργίνας. Κάνετε μια λίστα με τις ενέργειες που είναι απαραίτητες για να οργανώσετε το ταξίδι σας.

Βεργίνα - Οδηγός επίσκεψης

Η Βεργίνα είναι μικρή κωμόπολη στη Μακεδονία, στον νομό Ημαθίας. Βρίσκεται 13 χλμ. νοτιοανατολικά της Βέροιας, πρωτεύουσας του νομού, και περίπου 80 χλμ. νοτιοδυτικά της Θεσσαλονίκης. Ο πληθυσμός της κωμόπολης ανέρχεται στους 2.000 περίπου κατοίκους.

www.e-naousa.gr

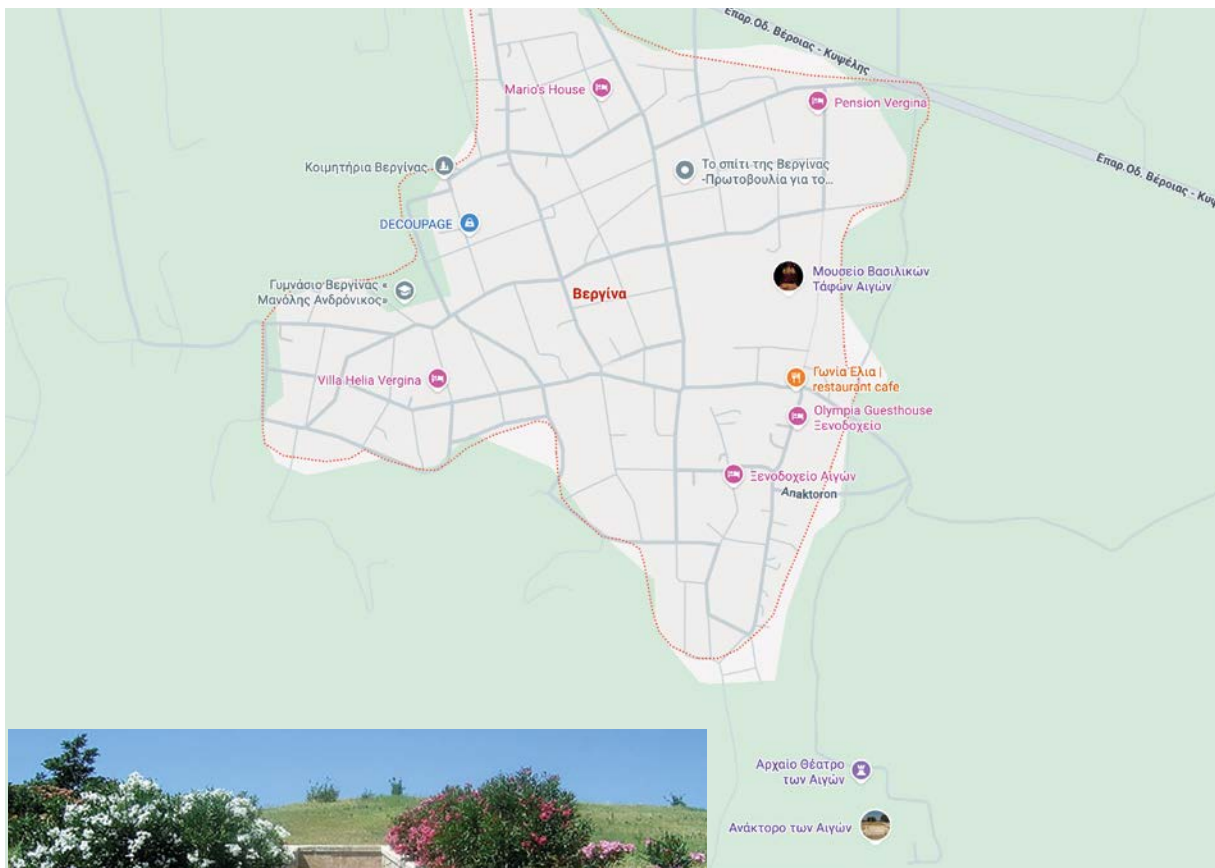
Η κωμόπολη βρίσκεται στη θέση των αρχαίων Αιγών, πρωτεύουσας της αρχαίας Μακεδονίας, κι έγινε παγκοσμίως γνωστή το 1977, όταν η πανεπιστημιακή ανασκαφή του Αριστοτελείου Πανεπιστημίου, υπό τον καθηγητή αρχαιολογίας Μανόλη Ανδρόνικο και τους συνεργάτες του, ανακάλυψε τους τόπους ταφής των Μακεδόνων βασιλέων.

Αξίζει να δείτε:

- το Κεντρικό Μουσειακό Κτίριο
- τους Βασιλικούς Τάφους – Έκθεση Θησαυρών
- τη Νεκρόπολη
- το Αρχαίο Θέατρο
- το Ανάκτορο Αιγών
- τον Ναό του Αγίου Δημητρίου Παλατισίων



Χρυσή λάρνακα
του τάφου του Φιλίππου Β΄



© <https://www.google.com/maps>



Η είσοδος του τάφου του Φιλίππου Β΄

Χρήσιμες πληροφορίες

Εφορεία Αρχαιοτήτων Ημαθίας
Ρήγα Φεραίου 16-18, Τ.Κ. 59132 Βέροια
Τηλέφωνο: (+30) 23310 29737 & 72138
E-mail: efahma@culture.gr



4 Πού βρίσκεται η Βεργίνα;

.....

.....

.....



5 Γιατί είναι παγκοσμίως γνωστή η Βεργίνα;

.....

.....

.....



6 Γιατί ο οδηγός αναφέρει τι αξίζει να δει κάποιος/κάποια στη Βεργίνα;

.....

.....



7 Αν επικοινωνούσες με τον αρχαιολογικό χώρο, ποιες πληροφορίες που δεν αναφέρονται στον οδηγό επίσκεψης θα αναζητούσες;

.....

.....

.....

Σε ποιον βαθμό έμαθα:	1	2	3	4	5
Πώς οργανώνεται ένα ταξίδι.					
Να αναζητώ πληροφορίες για δρομολόγια και εισιτήρια μεταφορικών μέσων.					
Να βρίσκω πληροφορίες σε έναν ταξιδιωτικό οδηγό.					
Να εντοπίζω πληροφορίες σε έναν χάρτη.					
Να διαβάζω τις πληροφορίες ενός διαγράμματος.					
Να αξιολογώ μία κριτική για ένα αξιοθέατο.					
Τι μου άρεσε στην ενότητα «Ταξιδεύοντας στην Ελλάδα».					
Τι δεν μου άρεσε στην ενότητα «Ταξιδεύοντας στην Ελλάδα».					

1 = καθόλου 2 = πολύ λίγο 3 = μέτρια 4 = πολύ 5 = πάρα πολύ

6η ΕΝΟΤΗΤΑ ΕΠΕΤΕΙΟΙ ΚΑΙ ΓΙΟΡΤΕΣ

Α. Έθιμα Αποκριάς και Καθαρής Δευτέρας

Β. Η επέτειος της 25ης Μαρτίου


Γ. Πάσχα

Δ. Επαναληπτική
ενότητα



Σε αυτή την ενότητα θα μάθεις:

- Ελληνικά έθιμα της Αποκριάς.
- Να σχεδιάζεις έναν εννοιολογικό χάρτη.
- Τι είναι η βιογραφία.
- Ποιες είναι οι βασικές πληροφορίες που γράφονται σε μία βιογραφία ενός προσώπου.
- Να γράφεις τη βιογραφία ενός προσώπου.
- Να αναλύεις έναν πίνακα ζωγραφικής.

 Λέξεις-κλειδιά

εθνικές γιορτές
ήθη και έθιμα
θάλασσα

Α. Έθιμα Αποκρίας και Καθαρής Δευτέρας



© www.openbook.gr

- 1 Παρατήρησε στην εικόνα τις φορεσιές και τα πρόσωπά τους. Ποια ιστορική εποχή σου θυμίζουν;

Γενίτσαροι και Μπούλες, το έθιμο της Αποκρίας στη Νάουσα

Οι «Γενίτσαροι και Μπούλες» (απαντάται και ως «Γιανίτσαροι και Μπούλες») είναι ένα παραδοσιακό **δρώμενο** που αναβιώνει κάθε χρόνο στη Νάουσα την περίοδο της Αποκρίας και έχει τις ρίζες του στην αρχαιότητα και, πιο συγκεκριμένα, στη λατρεία του θεού Διόνυσου.

Την πρώτη μαρτυρία για το δρώμενο την έχουμε το 1706, αντί **μνημόσυνου** για το **παιδομάζωμα** της προηγούμενης χρονιάς από τους Οθωμανούς. Οι Ναουσαίοι αρνήθηκαν το παιδομάζωμα και σκότωσαν τον απεσταλμένο του σουλτάνου. Πολλοί

«Παιδομάζωμα»: Η αρπαγή παιδιών χριστιανικών οικογενειών με σκοπό τον εξισλαμισμό τους κατά την περίοδο της Τουρκοκρατίας.

Ναουσαίοι αναγκάστηκαν να βγουν κλέφτες στο βουνό, με αποτέλεσμα την εξολόθρευσή τους από τους Τούρκους. Ήταν τότε μέρες Αποκριάς.

Τον επόμενο χρόνο, το 1706, αντί μνημόσυνου, οι νέοι της Νάουσας ντύθηκαν την αρματολίτικη στολή και φορώντας τον «πρόσωπο»¹ για να μην τους αναγνωρίσουν οι Τούρκοι, και με τα ασημικά ραμμένα στο στήθος να τους προστατεύουν δημιουργώντας έναν τέλειο θώρακα, γύριζαν στην πόλη αναπαριστώντας το ιστορικό αυτό γεγονός.

Τη μεγαλύτερη ακμή του γνώρισε στα τέλη του 19ου και τις αρχές του 20ού αιώνα και φτάνει αναλλοίωτο μέχρι τις μέρες μας. [...] Η ιεροτελεστία κρατά αυστηρά τους ίδιους κανόνες εδώ και αιώνες. Παίρνουν μέρος μόνο νεαροί άνδρες, ανύπαντροι τα παλαιότερα χρόνια.

Ο Γενίτσαρος (Γιανίτσαρος) είναι ο πρωταγωνιστής. Περήφανος φουστανελοφόρος, με τα πολλά ασημικά στο στήθος και στη φουστανέλα, τη μακριά πάλα (σπαθί) και τον κέρινο «πρόσωπο». Η Μπούλα είναι κι αυτή άνδρας που υποδύεται τη γυναίκα, χωρίς όμως να τη γελοιοποιεί, με φαρδιά φουστάνια και κέρινο «πρόσωπο» στολισμένο με τούλια και λουλούδια. Παιδιά προπορεύονται του μπουλουκιού, ενώ στο τέλος της πομπής ακολουθεί η μουσική, ο ζουρνάς και το νταούλι.

<https://www.sansimera.gr/>

1. **πρόσωπο**: προσωπίο, μάσκα.



2

Ένωσε όσα ταιριάζουν μεταξύ τους για να σχηματίσεις προτάσεις του κειμένου.

- | | | | |
|--------------------------------------|---|---|---|
| Οι Γενίτσαροι και Μπούλες | ■ | ■ | άνδρας που υποδύεται τη γυναίκα, χωρίς όμως να τη γελοιοποιεί. |
| Η πρώτη μαρτυρία για το δρώμενο ήταν | ■ | ■ | άνδρας φουστανελοφόρος, με τα πολλά ασημικά στο στήθος και στη φουστανέλα, τη μακριά πάλα (σπαθί) και τον κέρινο «πρόσωπο». |
| Μέρος στο έθιμο λαμβάνουν μόνο | ■ | ■ | είναι παραδοσιακό δρώμενο στη Νάουσα την περίοδο της Αποκριάς. |
| Ο Γενίτσαρος είναι | ■ | ■ | άνδρες, παλιότερα μόνο ανύπαντροι. |
| Η Μπούλα είναι | ■ | ■ | το 1706. |



© www.diakopes.gr



3 Με ποιο γεγονός από την οθωμανική κυριαρχία σχετίζεται το έθιμο «Γενίτσαροι και Μπούλες»; Γιατί αναβιώνει την περίοδο της Αποκριάς;

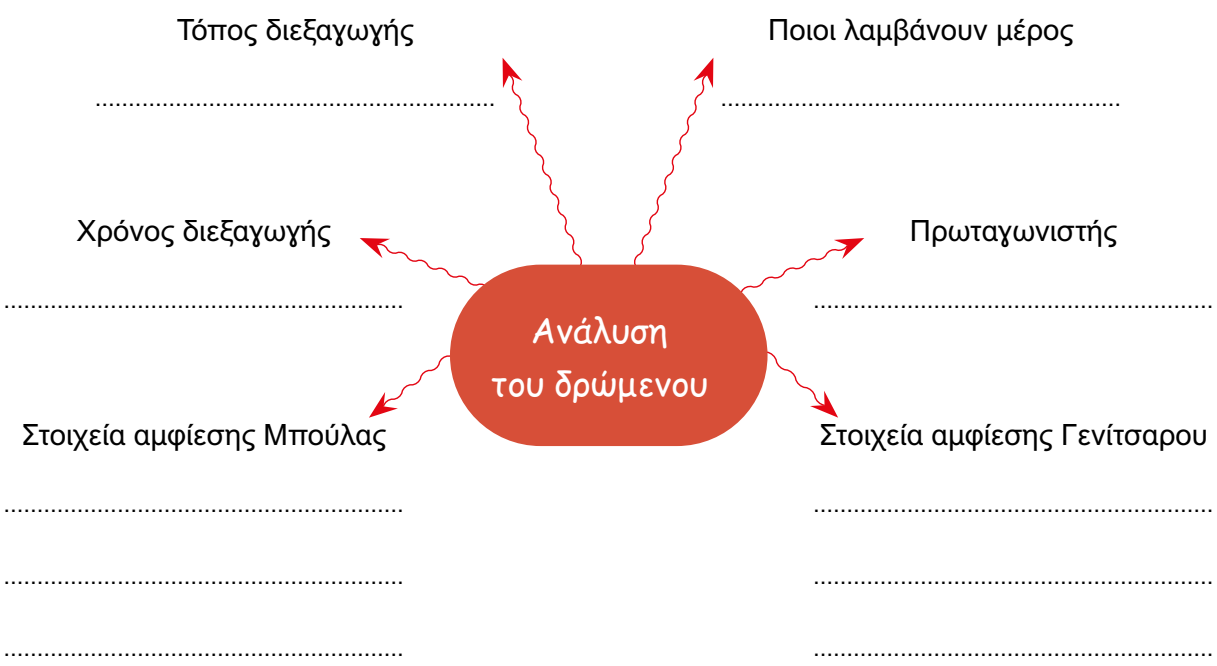
.....

.....

.....



4 Συμπλήρωσε μαζί με την ομάδα σου στον εννοιολογικό χάρτη τα στοιχεία του δρώμενου «Γενίτσαροι και Μπούλες». Στη συνέχεια περιγράψτε το έθιμο.



Αλευρομουτζουρώματα: Αποκριάτικο έθιμο στο Γαλαξίδι



Μπόλικο αλεύρι, φούμο,¹ ό,τι άλλο παρόμοιο μπορείτε να σκεφτείτε και... πυρ!

Ο «αλευροπόλεμος», τα αλευρομουτζουρώματα στο Γαλαξίδι ξεκινούν το απομεσήμερο της Καθαράς Δευτέρας και είναι η κορύφωση των εορτών της Αποκριάς. Μικροί και μεγάλοι, νέοι και... μεγαλύτεροι, **καλυμμένοι** με τις ολόσωμες φόρμες, μάσκες, μαντίλια, καπέλα και τα σακιά με τα «πολεμοφόδια» στα χέρια κατεβαίνουν τα στενά δρομάκια του Γαλαξιδίου, πετώντας ο ένας στον άλλο αλεύρι και χαρτοπόλεμο, μέχρι να γίνουν όλοι και όλα πολύχρωμοι! Δεν υπάρχουν γνωστοί και άγνωστοι εδώ, στα αλευρομουτζουρώματα είναι όλοι μια παρέα!



Προορισμός το λιμάνι, όπου η «μάχη» κορυφώνεται μέχρι το βράδυ, που οι κατάκοποι «πολεμιστές» μετακινούνται προς τα *αυτοσχέδια* γλέντια στις πλατείες και στα στενά. Η μουσική στα αλευρομουτζουρώματα βέβαια δεν σταματάει λεπτό κι εκτός από τα γνωστά καρναβαλικά, εδώ κυρίαρχο ρόλο έχουν οι κουδούνες, οι καραμούζες και τα νταούλια που συνοδεύουν το κομβόι, ενώ ανάμεσα στους συμμετέχοντες θα δείτε και ξεχαρβαλωμένα, βαμμένα αυτοκίνητα, τα «άρματα», που τους μεταφέρουν!

Τα αλευρομουτζουρώματα δεν σταματούν αν δεν βαφτεί το λιμάνι πολύχρωμο, όπως και όλοι όσοι βρίσκονται εδώ.

Το έθιμο των αλευρομουτζουρωμάτων κρατάει αιώνες, καθώς η **απαρχή** του είναι δύσκολο να εντοπιστεί. Ήδη το 1801 ο Άγγλος περιηγητής Ντόντγουελ σημειώνει τον ζήλο των υπόδουλων Γαλαξιδιωτών για την προετοιμασία της γιορτής. Οι εξηγήσεις για την προέλευσή του είναι δύο: είτε πρόκειται για έθιμο της Σικελίας που αντέγραψαν οι κοσμογυρισμένοι Γαλαξιδιώτες ναυτικοί είτε για παράδοση που κρατά από τους **γελωτοποιούς** του Βυζαντίου που συνήθιζαν να βάζουν με φούμο τα πρόσωπά τους. Όπως και να 'χει, το σημερινό Γαλαξίδι συνεχίζει με μεγάλη ευχαρίστηση την παράδοση και είναι σίγουρο πως αν βρεθείτε εδώ εκείνες τις ημέρες θα διασκεδάσετε με τα αλευρομουτζουρώματα... μέχρι τελικής πτώσης!



Τι σημαίνει
«γελωτοποιός»;

Δεν χρειάζεται να φροντίσετε για πολεμοφόδια, καθώς το αλεύρι είναι προσφορά του δήμου, ενώ φόρμες και άλλου είδους εξαρτήματα «πανοπλίας» θα βρείτε στα μαγαζάκια της πόλης.

<https://greece.terrabook.com/el/phocis/page/alevromoutzouromata/>

1. **φούμο**: μαύρη σκόνη που σχηματίζεται από τον καπνό, είδος μαύρης μπογιάς.

**5** Κύκλωσε τη σωστή απάντηση.

- Τα αλευρομουτζουρώματα γίνονται
 - α)** στα Γιαννισιά.
 - β)** στο Γαλαξίδι.

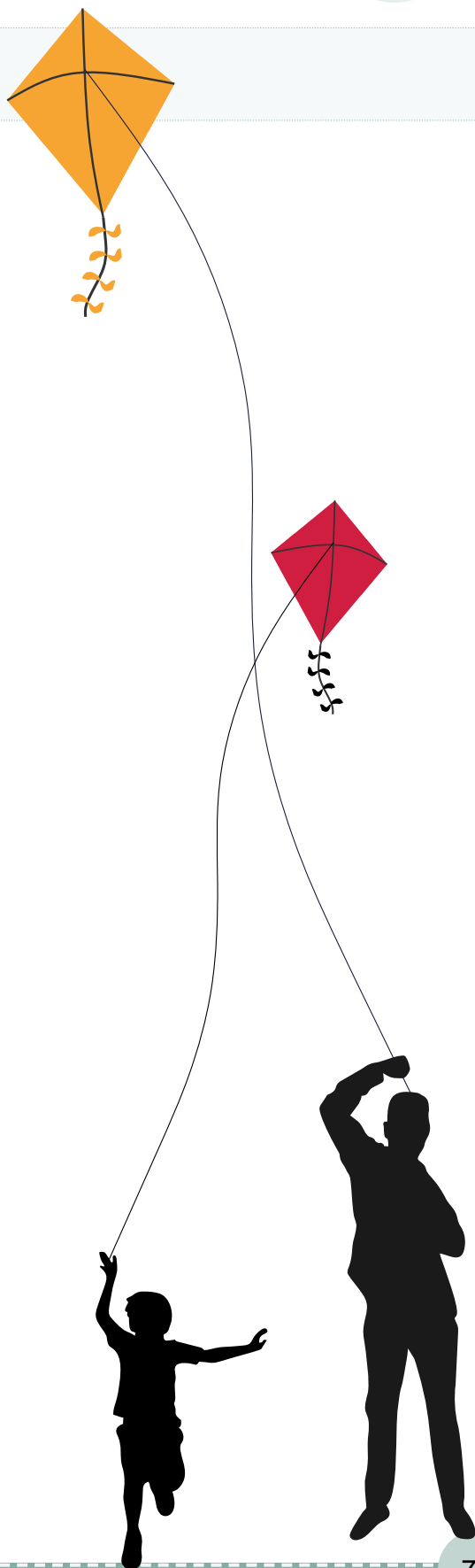
- Τα αλευρομουτζουρώματα ξεκινούν
 - α)** το απομεσήμερο της Καθαρής Δευτέρας.
 - β)** την τελευταία Κυριακή της Αποκριάς.

- Τα «πολεμοφόδια» είναι
 - α)** χαρτοπόλεμος και σερπατίνες.
 - β)** αλεύρι και χαρτοπόλεμος.

- Η «μάχη» κορυφώνεται
 - α)** στο λιμάνι.
 - β)** στην κεντρική πλατεία.

- Η απαρχή του εθίμου είναι
 - α)** στην αρχαιότητα.
 - β)** δύσκολο να εντοπιστεί.

- Το αλεύρι ως «πολεμοφόδιο»
 - α)** το αγοράζουν οι συμμετέχοντες.
 - β)** το προσφέρει ο δήμος.





6 Πού έχει τις ρίζες του το έθιμο;

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

7 Σάρωσε πάνω στον χάρτη για να δεις αποκριάτικα έθιμα από όλη την Ελλάδα.



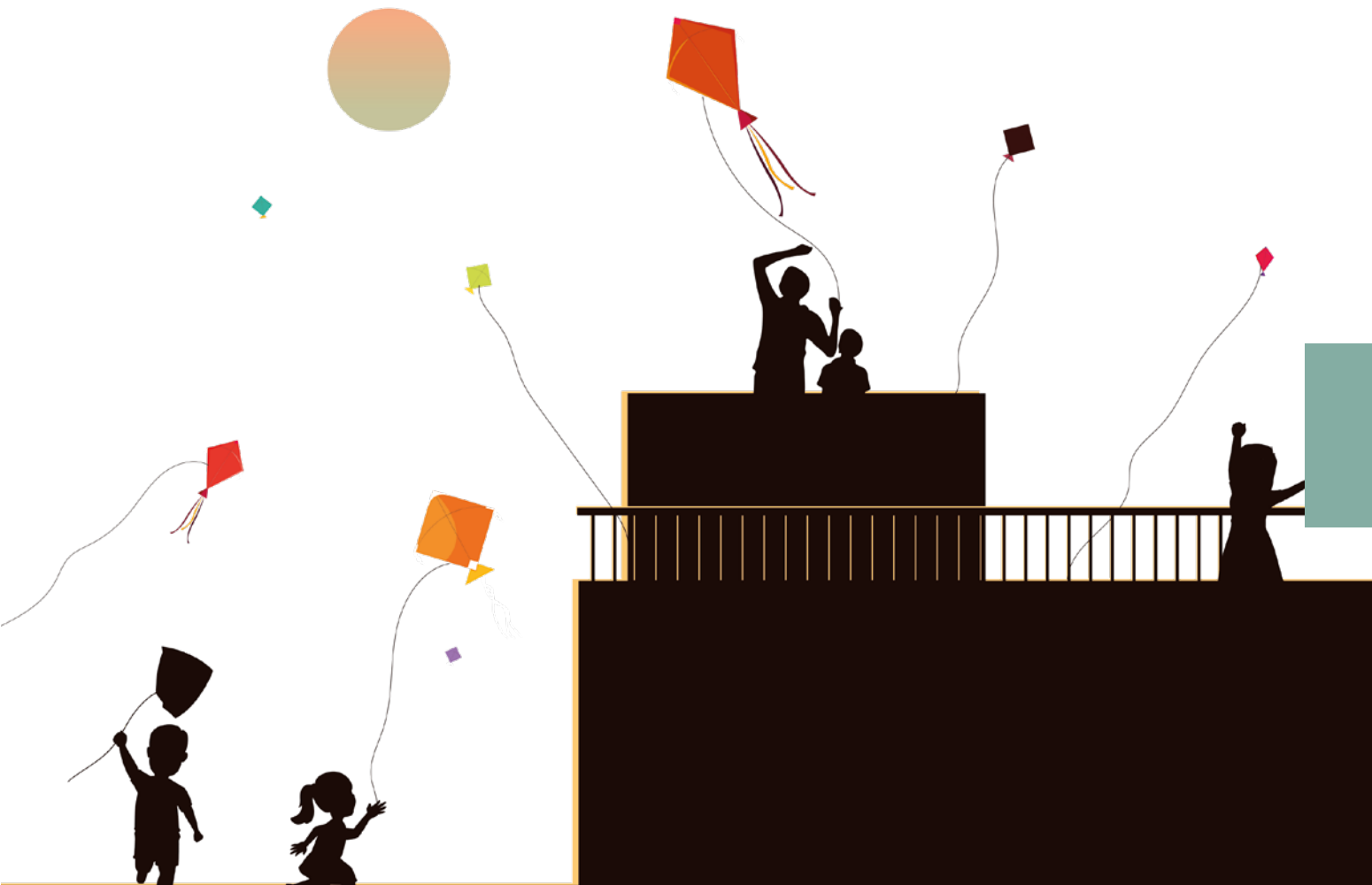
8 Επίλεξε το σωστό σύμφωνα με όσα είδες στα αποκριάτικα έθιμα.

- Πότε ανάβουν οι «τζαμάλες» στα Ιωάννινα;
 - α)** Το πρωί της Καθαράς Δευτέρας.
 - β)** Το βράδυ της τελευταίας Κυριακής πριν από τη νηστεία της Σαρακοστής.
 - γ)** Το μεσημέρι της Κυριακής του Πάσχα.

- Από πότε αναβιώνει αδιάλειπτα το έθιμο των «τζαμάτων» στα Ιωάννινα;
 - α)** Από τη δεκαετία του 1970.
 - β)** Από τη δεκαετία του 1980.
 - γ)** Από το 2000.

- Ποιο είναι το κεντρικό δρώμενο του Σοχού;
 - α)** Οι «Κουδουνοφόροι».
 - β)** Οι «Πυροβάτες».
 - γ)** Οι «Καβαλάρηδες».

- Ποιοι αναλαμβάνουν σήμερα τον ρόλο των παλιών «καμουζέλων» ή «ελαφάκια» στη Λέρο;
 - α) Οι τραγουδιστές.
 - β) Οι καλλιτέχνες.
 - γ) Οι «ποιητές».
- Τι κάνουν τα μικρά παιδιά ντυμένα καλογεράκια κατά τη διάρκεια των αποκριάτικων εθίμων στη Λέρο;
 - α) Χορεύουν στους δρόμους.
 - β) Μοιράζουν γλυκά στους κατοίκους.
 - γ) Πηγαίνουν από σπίτι σε σπίτι και απαγγέλλουν σαρκαστικά στιχάκια.



6η ΕΝΟΤΗΤΑ: ΕΠΕΤΕΙΟΙ ΚΑΙ ΓΙΟΡΤΕΣ

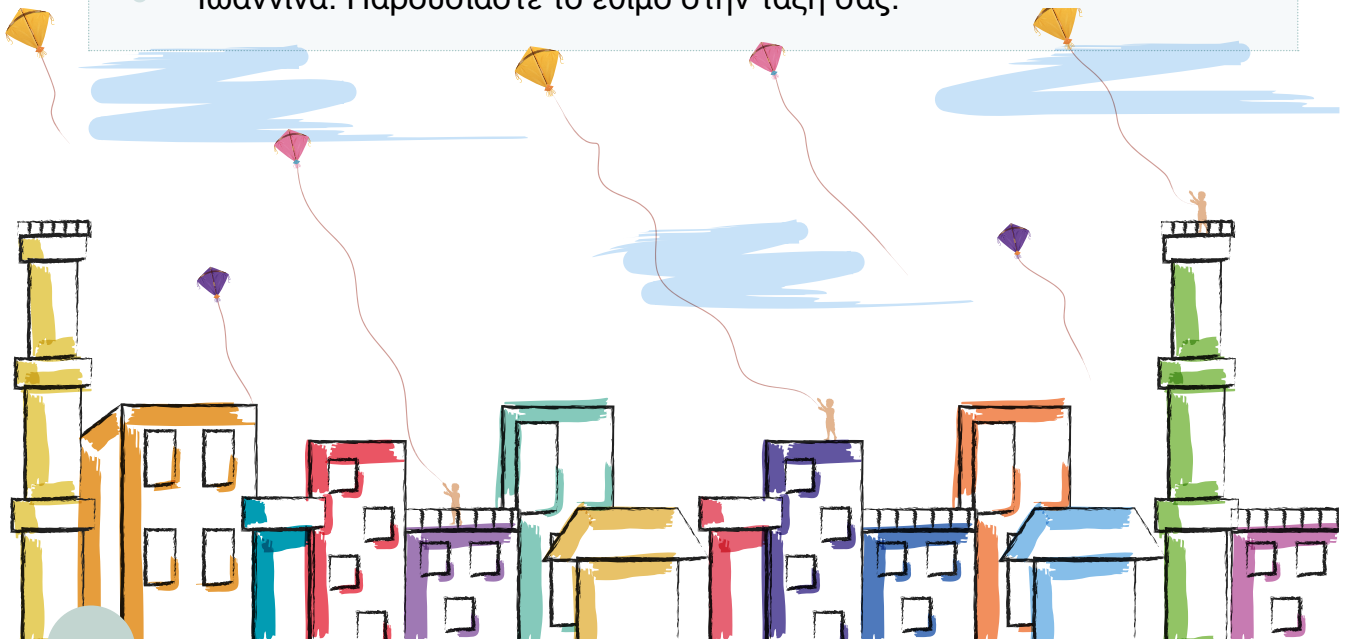
- Πώς ντύνονται οι κάτοικοι του χωριού Γέργερη στο Ρέθυμνο για τον «αρκουδίστικο χορό»;
 - α) Με προβιές και κουδούνια, με μουτζουρωμένα πρόσωπα και χέρια.
 - β) Με στολές από χαρτί και χαρτόνι.
 - γ) Με ρούχα παραδοσιακής κρητικής φορεσιάς.

- Από ποια συνοικία κατεβαίνει το «στοιχειό» στην Άμφισσα;
 - α) Τη συνοικία Χάρμαινα.
 - β) Τη συνοικία Αγία Άννα.
 - γ) Τη συνοικία Καρβασαράς.

- Τι είδους συζητήσεις γίνονται στο ιστορικό μεγάλο καφενείο της Άμφισσας κατά το τελευταίο Σαββατοκύριακο της Αποκριάς;
 - α) Φιλοσοφικές.
 - β) Λογοτεχνικές.
 - γ) Σατιρικές για τους θρύλους και τα στοιχειά.



9 Ψάξε μαζί με την ομάδα σου πληροφορίες για το έθιμο «Τζαμάλες» στα Ιωάννινα. Παρουσιάστε το έθιμο στην τάξη σας.



Β. Η επέτειος της 25ης Μαρτίου



© www.nhmuseum.gr

1 Παρατήρησε το πορτρέτο του Κωνσταντίνου Κανάρη και απάντησε στις ερωτήσεις.

- α) Πώς είναι η φορεσιά του;
- β) Τι κρατά και για ποιον λόγο;
- γ) Ο ήρωας πολεμούσε στη στεριά ή στη θάλασσα;

Βιογραφία του Κωνσταντίνου Κανάρη

Ο Κωνσταντίνος Κανάρης γεννήθηκε το 1793 ή το 1795 στα **Ψαρά**, στους κόλπους μιας οικογένειας με μεγάλη ναυτική παράδοση. Από μικρός έμεινε ορφανός και ακολούθησε το ναυτικό επάγγελμα, όπου από πολύ νωρίς έδειξε τις ικανότητές του και ανέλαβε καπετάνιος. Σε ηλικία 22 ετών παντρεύτηκε τη Δέσποινα Μανιάτη, με την οποία απέκτησε επτά παιδιά.



Σύμφωνα με τις πηγές, φαίνεται ότι δεν είχε μνηθεί στη Φιλική Εταιρεία. Ήταν ωστόσο από τους πρώτους που έλαβαν μέρος στον Αγώνα, με την έναρξη της Επανάστασης. Εξειδικεύτηκε στη δύσκολη και επικίνδυνη αλλά πολύ αποτελεσματική τέχνη του **πυρπολικού**, με αποτέλεσμα να καταστεί ο φόβος και ο τρόμος του οθωμανικού στόλου.



Ο Κανάρης διακρινόταν για το **ήθος** του, τη σωφροσύνη του και τη μεγάλη θρησκευτική του ευλάβεια. Η ακτινοβολία της προσωπικότητάς του τού χάρισε



Ο Κανάρης μπουρλοτιέρης στη θάλασσα

την εκτίμηση των συναγωνιστών του, αλλά και ολόκληρου του ελληνικού λαού, ο οποίος μέχρι το τέλος της ζωής του, ακόμη και όταν έλαβε πολιτικά αξιώματα, τον αποκαλούσε «ο Ναύαρχος».

Το θάρρος και η τόλμη που τον ξεχώριζε έμειναν ιδιαίτερα γνωστά από το μεγάλο του **ανδραγάθημα** να πυρπολήσει την τουρκική ναυαρχίδα του πασά Καρα Αλή στη Χίο τον Ιούνιο του 1822 ως αντίποινα για τη σφαγή στο νησί.

Πέθανε, ενώ ήταν πρωθυπουργός της χώρας, στις 2 Σεπτεμβρίου 1877 και κηδεύτηκε με μεγαλοπρέπεια στο Α΄ Νεκροταφείο Αθηνών.

<https://www.sansimera.gr/biographies/341>

<https://el.wikipedia.org>

Τι σημαίνει
«ανδραγάθημα»;

α) Κατόρθωμα.

β) Αριστεία.



2

Διάβασε τη βιογραφία του Κωνσταντίνου Κανάρη και βάλε ✓ στο σωστό κουτάκι.

	Σ	Λ
Ο Κανάρης προερχόταν από ναυτική οικογένεια.		
Ο πατέρας του τον βοήθησε να ξεκινήσει το ναυτικό επάγγελμα.		
Ήταν μέλος της Φιλικής Εταιρείας.		
Παρά το γεγονός ότι ανέλαβε και πολιτικά αξιώματα, ο λαός μέχρι το τέλος της ζωής του τον αποκαλούσε «Ναύαρχο».		
Προσπάθησε να πυρπολήσει την τουρκική ναυαρχίδα του πασά Καρα Αλή στη Χίο τον Ιούνιο του 1822, αλλά απέτυχε.		



3

Συζήτησε μαζί με την ομάδα σου και γράψε τι είδους πληροφορίες μπορεί να περιλαμβάνει η βιογραφία ενός ανθρώπου.



.....

.....

.....

.....



- 4 Γράψε μερικές πληροφορίες που πιστεύεις πως δεν είναι απαραίτητες σε μία βιογραφία.

.....

.....

.....

.....



© By Eugène Delacroix - photo Shonagon 2024-02-09/https://commons.wikimedia.org/

Η σφαγή της Χίου, Εζέν Ντελακρουά, 1824



- 5 Πώς ο Ντελακρουά αποτυπώνει την κυριαρχία των Τούρκων στον πίνακα;



6

Χρησιμοποίησε τα παρακάτω στοιχεία και γράψε με την ομάδα σου μία σύντομη βιογραφία για τον ζωγράφο Ντελακρουά.



ΤΑΥΤΟΤΗΤΑ ΠΡΟΣΩΠΟΥ

Όνομα:	Εζέν Ντελακρουά
Τόπος γέννησης	Σαραντόν Σεν Μορίς του Παρισίου
Ημερομηνία γέννησης	26/4/1798
Ταξίδεψε	Ισπανία, Αλγερία, Μαρόκο
Από πού εμπνεύστηκε	Ιστορία, όπως η Ελληνική και η Γαλλική Επανάσταση Λογοτεχνία
Διάσημα έργα	<i>Η σφαγή της Χίου</i> <i>Η Ελλάδα στα ερείπια του Μεσολογγίου</i> <i>Η μάχη του Πουατιέ</i>
Επάγγελμα	Ζωγράφος
Απεβίωσε	13/8/1863

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Ο Κωνσταντίνος Κανάρης, με επιστολή προς το Υπουργείο των Ναυτικών, προσφέρει τις υπηρεσίες του στον Αγώνα υπέρ της πατρίδας, ζητώντας να διοριστεί όπου κριθεί αναγκαίο.

Προς τον έξοχον υπουργείον των Ναυτικών!
 Περιττόν να παραστήσω προς το έξοχον τούτον
 υπουργείον, τον οποίον αισθάνομαι ζήλον εις την
 καρδίαν μου διά να φανώ και εγώ το κατά δύναμιν
 χρήσιμος εις το έθνος μου· μάλιστα εις την παρούσαν
 κρίσιμον περίστασιν, προσφέρω λοιπόν τον εαυτόν
 μου διά την πατρίδα, και προστρέχω εις την υπέρ της
 κοινής σωτηρίας και ευδαιμονίας μητρικήν κηδεμονίαν
 της Σεβαστής Διοικήσεως ανυπομόνως αποδεχόμενος
 να διορισθώ όπου λογίζομαι αναγκαίος, διά να
 εκπληρώσω το ιερόν χρέος μου προς την φιλότιμη
 Ελλάδα. Διά τούτο παρακαλώ θερμώς το έξοχον τούτο
 υπουργείον, ίνα αναφερθή περί τούτου όπου ανήκει,
 εν τοσούτω, επιφαίνομαι ευσεβάστως.

Ο ευπειθέστατος πατριώτης
 Κωνσταντίνος Κανάρης



7

Βρες στο κείμενο τις φράσεις που δείχνουν πως ο Κανάρης αγαπούσε την πατρίδα του.

.....

.....

.....

.....

.....



© www.greekcitytimes.com

«Η *πυρπόληση* της τουρκικής ναυαρχίδας από τον Κανάρη», Νικηφόρος Λύτρας (1866-1870)

8

Σάρωσε για να περιηγηθείς εικονικά στην Πινακοθήκη Αβέρωφ. Εντόπισε τον παραπάνω πίνακα και διάβασε τις σχετικές πληροφορίες.



9

Σάρωσε για να δεις την *πυρπόληση* της τουρκικής ναυαρχίδας από τον Κανάρη και απάντησε στις ερωτήσεις 10-14.



10

Τι αποφάσισαν οι Ψαριανοί καπεταναίοι;

11

Πώς αντέδρασε ο Κανάρης στην πρόταση που του έκαναν οι άλλοι σπουδαίοι καπεταναίοι;



12 Ποια νύχτα επέλεξαν οι Έλληνες μπουρλοτιέρηδες να επιτεθούν στα τουρκικά πλοία που ήταν αραγμένα στο λιμάνι της Χίου; Γιατί;



13 Χαρακτήρισε αυτή τους την κίνηση.



14 Πώς θα περιέγραφες τον Κανάρη σύμφωνα με όσα έμαθες για αυτόν και τη δράση του;

Γ. Πάσχα



© www.fractalart.gr

Οι κουλούρες με τα κόκκινα αβγά. Η Οικογένεια του κυρίου Πάτρισον από το Σικάγο,
Θεόφιλος, 1933



- 1 Παρατήρησε τον πίνακα του Θεόφιλου και βρες όσα στοιχεία σχετίζονται με τη γιορτή του Πάσχα.

.....

.....

.....

.....

- 2 Σάρωσε για να δεις κι άλλους πίνακες του Θεόφιλου με θέμα το Πάσχα.



Οι λειτουργίες

Αξημέρωτα ξύπνησε ο μπαρμπα-Αναγνώστης ανήμερα τη Λαμπρή¹ και πήρε σβάρνα το χωριό βαρώντας ένα αυτοσχέδιο σήμαντρο² που είχε φτιάξει ο ίδιος από ξύλο καρυδιάς. Οι Καλυβιώτες ξύπνησαν, έβαλαν τα καλά τους και πήγαν στο μικρό ξωκλήσι του Αγίου Δημητρίου. Ο παπα-Κυριάκος βγήκε στην ιερή πύλη ψάλλοντας το «δεύτε λάβετε φως». Αναψαν όλοι τις λαμπάδες και βγήκαν έξω στο ύπαιθρο για



το «Χριστός Ανέστη». Η **Ανάσταση** ήταν γλυκιά και **κατανυκτική**, γεμάτη άνθη και μυρωδιές από τα δέντρα και τους θάμνους που λικνίζονταν³ απαλά στο ελαφρό αεράκι. Ύστερα ξαναμπήκαν όλοι μέσα, καμιά εβδομηνταριά άνθρωποι, άντρες, γυναίκες και παιδιά, ώσπου να τελειώσει η λειτουργία.⁴ Ο μπαρμπα-Αναγνώστης άρχισε να ψάλλει τον Κανόνα του Πάσχα κι ο παπα-Κυριάκος ετοιμάστηκε να συνεχίσει, όταν ξαφνικά ακούστηκε φασαρία στο εκκλησίασμα.

Κατανυκτικός, -η, ό.

Ό,τι χαρακτηρίζεται από συναίσθημα βαθιάς ευλάβειας.



1. **Λαμπρή:** Κυριακή του Πάσχα.
2. **σήμαντρο:** ηχητικό αντικείμενο που χρησιμοποιείται αντί για καμπάνα σε μοναστήρια και σε ξωκλήσια.
3. **λικνίζομαι:** κινούμαι ρυθμικά και απαλά.
4. **Λειτουργία:** είναι η Θεία Λειτουργία, η λατρευτική πράξη της Ορθόδοξης Εκκλησίας.



Ένα αγόρι ως δώδεκα χρονώ, ανήσυχο πολύ και λαχανιασμένο από το τρέξιμο, μπήκε ορμητικά στην **εκκλησιά** και τράβηξε γραμμή για το ιερό βήμα. Ήταν ο Ζάχος, ο γιος του παπά-Κυριάκου.

– Παπά, παπά!... (Έτσι τον έλεγαν τα παπαδόπουλα τον πατέρα τους) ο παπα-Σφοντύλας... απ' την πίσω πόρτα... τις λειτουργίες... κι η παπαδιά... τους είδα... απ' την πίσω πόρτα...

Ήμαρτον, Παναγιά μου! Ο παπα-Σφοντύλας να κλέβει τις λειτουργίες από την πίσω πόρτα! Αυτό δεν ήταν είδηση, ήταν η συντέλεια του κόσμου! Αδύνατο! Απίστευτο! Μάλλον προϊόν της παιδικής φαντασίας του δωδεκάχρονου Ζάχου θα ήταν αυτό, δεν μπορεί να ήταν αλήθεια. Όμως ο παπα-Κυριάκος θόλωσε, το μυαλό του δεν σκεφτόταν πια λογικά, κι αντί να του αστράψει καμιά καρπαζιά του γιου του για αυτά τα φέματα που είπε, και μάλιστα την ώρα της λειτουργίας, αυτός έβγαλε το επιτραχήλιο⁵ και το φαιλόνιο⁶ και διασχίζοντας την εκκλησία βγήκε έξω. Η παπαδιά τον κοίταζε έντρομη, η καημένη, καθώς εκείνος απομακρυνόταν και οι πιστοί, μην έχοντας καταλάβει τι

5. **επιτραχήλιο**: άμφιο (ένδυμα) του ιερέα και του επισκόπου στην Ορθόδοξη Εκκλησία.

6. **φαιλόνιο**: είναι το εξωτερικό άμφιο του ιερέα στην Ορθόδοξη Εκκλησία.

ακριβώς γινόταν, κοιτούσαν ο ένας τον άλλο με απορία. Μόνο ο μπαρμπα-Μηλιός κάτι υποπτεύθηκε και τον πήρε το κατόπι.

– Παπά, ε, παπά, πού πας; τονε ρώτησε λαχανιασμένος.

– Θα 'ρθω, βλοχημένε, έρχομαι, του απάντησε ο παπα-Κυριάκος δίχως να σταθεί.

– Πού πας; επέμεινε ο μπαρμπα-Μηλιός.

– Έρχομαι αμέσως, είπε ο παπα-Κυριάκος. Ας διαβάξει ο μπαρμπα-Αναγνώστης τις Πράξεις των Αποστόλων (είχε ξεχάσει ότι ο μπαρμπα-Αναγνώστης δεν ήξερε να διαβάξει κι ότι τα ήξερε απόξω τα τροπάρια). Αφήνω και την παπαδιά μου, πρόσθεσε μην ξέροντας τι άλλο να πει. Σας αφήνω την παπαδιά!

Σύξυλοι⁷ έμειναν οι Καλυβιώτες στο ξωκλήσι και περίμεναν. Ρωτούσαν την παπαδιά να τους πει τι έτρεξε, αλλά κι αυτή η κακομοίρα δεν είχε την παραμικρή ιδέα.

Αλέξανδρος Παπαδιαμάντης (απόδοση Κώστας Πούλος), *Εξοχική Λαμπρή*, Παπαδόπουλος, 2000

7. **σύξυλος:** εμβρόντητος, άφωνος από έκπληξη.



3

Γράψε μαζί με την ομάδα σου τους ήρωες που παρουσιάζονται στο κείμενο.



.....

.....

.....

.....

.....

.....



4

Υπογράμμισε στο κείμενο και περίγραψε τι γνωρίζουμε από τη διήγηση για:

α) τον μπαρμπα-Αναγνώστη

.....

.....

.....

β) τον Ζάχο

.....

.....

.....

γ) τον παπα-Σφοντύλα

.....



5 Πώς περιγράφει ο Παπαδιαμάντης την Ανάσταση;

.....

.....

.....

.....



6 Περίγραψε τη συνέχεια της ιστορίας. Τι πιστεύεις ότι ακολούθησε;

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Δ. Επαναληπτική ενότητα



© www.nationalgallery.gr

Σαντορίνη (1924-1928),
Μαλέας Κωνσταντίνος (1979-1928)

Ο Αύγουστος
Ελούζονταν μες στην αστροφεγγιά
Κι από τα γένια του έσταζαν
Άστρα και γιασεμιά

Οδυσσέας Ελύτης

1

Σάρωσε για να ακούσεις περισσότερα για τον πίνακα και απάντησε στις παρακάτω ερωτήσεις.



- α) Τι ζωγράφισε σε πρώτο επίπεδο ο Μαλέας στον πίνακά του;
- β) Τι ζωγράφισε στο βάθος;
- γ) Ποια χρώματα επικρατούν στον πίνακα;

2

Διάγραψε όσα δεν ταιριάζουν με την περιγραφή του πίνακα.

κυκλαδίτικο εκκλησάκι

νησιωτικά σπίτια

δώματα σπιτιών

γαλάζια θάλασσα

φουρτουνιασμένη θάλασσα

χρυσές παρυφές

λευκοί γλάροι

πυκνά δέντρα

Ο Μαντάρας και ο Τρομάρας

– Έλα, Μαντάρα, φέρε τον χάρτη τώρα που ήρθαν τα πληρώματα για να δούμε που είναι ο θησαυρός και να οργανώσουμε το ταξίδι μας, είπε ο καπετάν Τρομάρας στον αδερφό του.

– Κάτσε να θυμηθώ πού τον έχω βάλει, απάντησε ο καπετάν Μαντάρας.

– Καλά, ακούς τι λες; Είσαι σοβαρός; Πού τον έχεις; Το καλό που σου θέλω, φέρ' τον γρήγορα, γιατί θα σε κάνω μαύρο στο ξύλο.

Σε αυτό το σημείο χρειάζεται να σας πω κάτι που... ξέχασα! Οι δυο Καπεταναίοι δεν ήταν συνηθισμένοι πειρατές, ήταν λίγο διαφορετικοί. Μεταξύ μας, όχι λίγο... αλλά πολύ διαφορετικοί! Για την ακρίβεια, ο Καπετάν Τρομάρας τρόμαζε πολύ μα πολύ εύκολα, ακόμα και από τον ήχο μιας οδοντογλυφίδας που έπεφτε στο ξύλινο πάτωμα του αμπαριού. Ο Καπετάν Μαντάρας, από την άλλη, έκανε τόσες πολλές γκάφες, που μέχρι



και ο ίδιος τις ξεχνούσε. Από αυτές τις **ιδιαιτερότητές** τους προέκυψαν και τα ονόματά τους. Μαντάρας και Τρομάρας ήταν τα παρατσούκλια που τους είχε δώσει ο πατέρας τους για να τους ξεχωρίζει, μιας και ήταν δίδυμοι. Οχ, και αυτό ξέχασα να σας το πω! Μου φαίνεται ότι παραέκανα παρέα με τον Μαντάρα!



– Πού τον έχω τον χάρτη; Πού τον έχω, άραγε; αναρωτιόταν ο Καπετάν Μαντάρας. Α! Να τος... Ορίστε! Είδες που νόμιζες ότι τον έχασα; Τελικά ήταν στη δεξιά μου τσέπη!

Ο Καπετάν Τρομάρας τον αρπάζει μονομιάς από τα χέρια του αδερφού του, τον ανοίγει και... μένει κόκαλο. Σαν το κόκαλο από μπουτί βουβαλιού που είχε φάει το προηγούμενο βράδυ.

– Τι έπαθες, αδελφέ μου; ρωτάει απορημένος ο Μαντάρας.

– Τι είναι αυτό που μου έδωσες; Πού είναι ο χάρτης; Είσαι σοβαρός; φώναξε, αγανακτισμένος, ο Τρομάρας, χτυπώντας το πόδι του δυνατά στο πάτωμα.

– Μα... αυτός είναι ο χάρτης. Να! Δεν βλέπεις το Χ του θησαυρού;

– Το Χ το βλέπω, τον υπόλοιπο χάρτη δεν βλέπω. Πώς θα ξέρουμε πού βρίσκεται το Χ, αν δεν γνωρίζουμε τις γύρω περιοχές;

– Μα, βρε Τρομάρα μου, αφού το Χ είναι το πιο σημαντικό! Όλα τα άλλα είναι **περιττά**, γι' αυτό κι εγώ, επειδή ήταν μεγάλος ο χάρτης, τον έσκισα και κράτησα μόνο το Χ. Καλά δεν έκανα;

Ο Τρομάρας, γουρλώνοντας από έκπληξη και θυμό τα μάτια του, τσίριξε:

– Μαντάρα τα έκανες πάλι! Μα είναι δυνατόν; Σε λίγο θα μου πεις ότι αυτά τα χαρτιά που πέταγες στη θάλασσα κατά τη διάρκεια του ταξιδιού μας ήταν τα κομμάτια του χάρτη!

– Ε...! Ε...! Χα! Αυτά ήταν, Τρομάρα μου! είπε με αφέλεια ο Μαντάρας. Ξέρεις κάτι όμως; Νομίζω ότι το ένα κομμάτι δεν το πέταξα. Ναι! Ναι! Να το, είναι στην άλλη τσέπη! Με αυτό φύσηξα τη μύτη μου, γιατί δεν είχα άλλο μαντίλι... Ορίστε, πάρ' το... Δεν πιστεύω να σιχαίνεσαι;

– Μπλιαχ! Μαντάρα, είσαι σκέτη καταστροφή... Για φέρ' το γρήγορα! Γρήγορα, είπα! Θα με σκάσεις πια!

Έτσι, λοιπόν, ο Καπετάν Τρομάρας, αφού πήρε και το άλλο κομμάτι του χάρτη, άρχισε να το παρατηρεί... Και αφού το παρατήρησε αρκετή ώρα, κατάλαβε, δυστυχώς, ότι το μέρος που **απεικονίζει** ήταν το σημείο όπου βρίσκονταν ήδη... δηλαδή το λιμάνι των Γαργανελίων, και ότι το Χ δεν ταίριαζε σε καμία πλευρά του.



«Περιττά» σημαίνει:

α) ενδιαφέροντα.

β) άχρηστα.

Κυριάκος Μούρτζης, ...στα ίχνη του θησαυρού των θησαυρών! Ελληνοεκδοτική, 2011



3 Βάλε ✓ στο ζωστό κουτάκι.

	Σ	Λ
Ο καπετάν Μαντάρας ζήτησε από τον αδερφό του τον χάρτη του θησαυρού.		
Ο καπετάν Τρομάρας καμιά φορά τρόμαζε.		
Ο Μαντάρας και ο Τρομάρας ήταν δίδυμα αδέρφια.		
Ο καπετάν Τρομάρας είχε φάει κόκαλο από μπούτι βουβαλιού το μεσημέρι.		
Το κομμάτι του χάρτη με το Χ βρισκόταν στη δεξιά τσέπη του καπετάν Μαντάρα.		
Κάποια κομμάτια του χάρτη πετάχτηκαν στη θάλασσα.		
Μαντάρας και ο Τρομάρας ήταν δίδυμα αδέρφια. Ο καπετάν Τρομάρας είχε ένα άλλο κομμάτι του χάρτη στην αριστερή του τσέπη.		
Τα δύο αδέρφια βρίσκονταν στο λιμάνι των Γαργανελίων.		



4 Κύκλωσε τη σωστή απάντηση στις παρακάτω ερωτήσεις.

- Ο Μαντάρας και ο Τρομάρας ήταν
 - α) ψαράδες.
 - β) πειρατές.
 - γ) φίλοι.

- Ο καπετάν Μαντάρας ήταν
 - α) φοβισιάρης.
 - β) πεισματάρης.
 - γ) γκαφατζής και ξεχνούσε εύκολα.

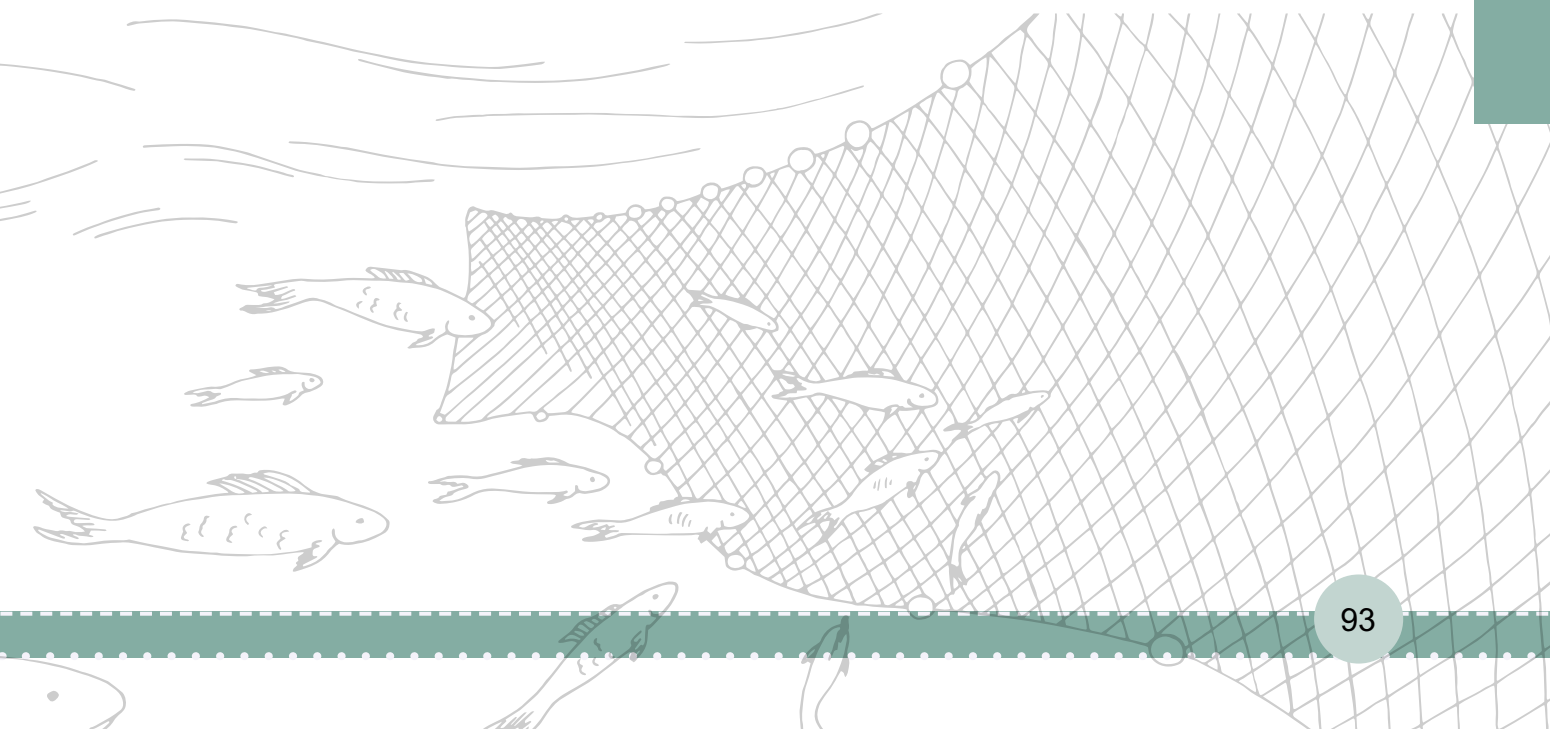
- Ο Τρομάρας θύμωσε γιατί
 - α) ο αδελφός του έσκισε το χάρτη που ήταν κειμήλιο.
 - β) ο αδελφός του πέταξε τα σχισμένα κομμάτια του χάρτη στη θάλασσα.
 - γ) χωρίς όλο τον χάρτη δεν θα μπορούσε να φτάσει στον θησαυρό.



7 Δραματοποίησε μαζί με την ομάδα σου τον διάλογο και τη συνέχεια της ιστορίας. Μπορείτε να τον εμπλουτίσετε και με άλλα πρόσωπα.

Σε ποιον βαθμό έμαθα:	1	2	3	4	5
Ελληνικά έθιμα της Αποκριάς.					
Να σχεδιάζω έναν εννοιολογικό χάρτη.					
Τι είναι η βιογραφία.					
Τις βασικές πληροφορίες που αναφέρονται σε μία βιογραφία.					
Να αναλύω έναν πίνακα ζωγραφικής.					
Τι μου άρεσε στην ενότητα «Επέτειοι και γιορτές».					
Τι δεν μου άρεσε στην ενότητα «Επέτειοι και γιορτές».					

1 = καθόλου 2 = πολύ λίγο 3 = μέτρια 4 = πολύ 5 = πάρα πολύ



ΓΛΩΣΣΑΡΙΟ

4η ΕΝΟΤΗΤΑ

ΙΣΤΟΡΙΕΣ ΓΙΑ ΤΗ ΔΙΑΤΡΟΦΗ - ΕΥ ΖΗΝ

βιογραφία	γραπτή εξιστόρηση της ζωής και της δράσης ενός σημαντικού συνήθως προσώπου
βιομηχανία	1. τομέας της παραγωγής που με τη χρήση εργατικής ή φυσικής δύναμης και μηχανών κατεργάζεται και μεταποιεί πρώτες ύλες ή βασικά προϊόντα με στόχο την παραγωγή αγαθών. 2. μονάδα βιομηχανικής παραγωγής, εργοστάσιο
διατροφή	το σύνολο των τροφών που παίρνει καθημερινά ο άνθρωπος για να τραφεί
εκσυγχρονιστής/ίστρια	το πρόσωπο που υποστηρίζει την προσαρμογή σε νέες σύγχρονες συνθήκες
εξημέρωση	η προσαρμογή ενός ζώου που βρίσκεται σε άγρια κατάσταση σε ένα νέο περιβάλλον κοντά στον άνθρωπο
μεταποίηση τροφίμων	η διαδικασία μετατροπής μιας πρώτης ύλης ή ενός φυσικού προϊόντος σε βιοτεχνικό - βιομηχανικό προϊόν
πρότυπο	είναι ένα υπόδειγμα, ένα μοντέλο ή ένα στίλ που ακολουθείται ως παράδειγμα για αναπαραγωγή, δημιουργία αντιγράφων ή μίμηση.
πυραμίδα διατροφής	η σχηματική αναπαράσταση συστάσεων και οδηγιών για υγιεινή και ισορροπημένη διατροφή
συνταγή	οδηγίες για το είδος και για την ποσότητα των υλικών που είναι απαραίτητα για να γίνει ένα φαγητό ή ένα γλυκό, καθώς και για τον τρόπο της παρασκευής του
τροφοσυλλέκτης-τροφοσυλλέκτρια	ο άνθρωπος που ζούσε από τις ρίζες των φυτών, από τους καρπούς των δέντρων και από τις ωμές σάρκες των ζώων που σκότωνε

5η ΕΝΟΤΗΤΑ

ΤΑΞΙΔΕΥΟΝΤΑΣ ΣΤΗΝ ΕΛΛΑΔΑ

δρομολόγιο	η κίνηση ενός μεταφορικού μέσου από μια αφετηρία σε ένα τέρμα, μέσο μιας ορισμένης διαδρομής και σε καθορισμένο χρόνο
Εθνικός Δρυμός	το οικοσύστημα ή βιότοπος με ιδιαίτερη οικολογική αξία
Μεγαλόχαρη	προσωνυμία της Παναγίας, επειδή κάνει ευεργεσίες σε όσους την επικαλούνται
πληθυσμός	το σύνολο των κατοίκων ενός συγκεκριμένου τόπου ή/και ο αριθμός των ζώων ή των φυτών που ζουν σε μια περιοχή
σαφράν	είναι μπαχαρικό, γνωστός ως «κρόκος σαφράν» ή «κρόκος Κοζάνης»
σκαραβαίος	είδος κολεόπτερου εντόμου (σκαθαριού), μοντέλο αυτοκινήτου
φέριμποτ	οχηματαγωγό πλοίο, το πλοίο που μεταφέρει επιβάτες και αυτοκίνητα

6η ΕΝΟΤΗΤΑ

ΕΠΕΤΕΙΟΙ ΚΑΙ ΓΙΟΡΤΕΣ

αυτοσχέδιο	αυτό που φτιάχτηκε ή έγινε χωρίς προετοιμασία ή σχέδιο, επιτόπου, με τα διαθέσιμα υλικά
θρύλος	1. προφορική διήγηση, ως επί το πλείστον επαινετική ή εκπληκτική και θαυμαστή, για πρόσωπα, γεγονότα ή πράγματα του παρελθόντος, τα στοιχεία της οποίας βρίσκονται μεταξύ του μυθικού και του πιθανού 2. για κάτι ή για κάποιον με εκπληκτικές επιδόσεις στον τομέα του, γεγονός που τον έχει περιβάλει με μεγάλη αίγλη
πυρπόληση	η ενέργεια ή το αποτέλεσμα του πυρπολώ, κάψιμο

ΚΟΛΟΦΩΝΑΣ

