

**ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΠΑΙΔΕΙΑΣ ΚΑΙ  
ΘΡΗΣΚΕΥΜΑΤΩΝ, ΠΟΛΙΤΙΣΜΟΥ  
ΚΑΙ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ  
Ι.Τ.Υ.Ε. «ΔΙΟΦΑΝΤΟΣ»**

**Μαρία Δημοπούλου  
Τάσος Ζόμπολας  
Ελένη Μπαμπίλα  
Κωνσταντίνα Σκαναβή  
Αντιόπη Φραντζή  
Μαριάννα Χατζημιχαήλ**



**Μελέτη περιβάλλοντος**

**Β΄ Δημοτικού**

**Τόμος 3ος**



# **Μελέτη Περιβάλλοντος**

## **Β΄ Δημοτικού**

**Τόμος 3ος**

**Γ' Κ.Π.Σ. / ΕΠΕΑΕΚ II / Ενέργεια 2.2.1 /  
Κατηγορία Πράξεων 2.2.1.α:**

**«Αναμόρφωση των προγραμμάτων  
σπουδών και συγγραφή νέων  
εκπαιδευτικών πακέτων»**

**ΠΑΙΔΑΓΩΓΙΚΟ ΙΝΣΤΙΤΟΥΤΟ**

**Μιχάλης Αγ. Παπαδόπουλος**  
**Ομότιμος Καθηγητής του Α.Π.Θ**  
*Πρόεδρος του Παιδαγωγ. Ινστιτούτου*

**Πράξη με τίτλο: «Συγγραφή νέων  
βιβλίων και παραγωγή  
υποστηρικτικού εκπαιδευτικού υλικού  
με βάση το ΔΕΠΠΣ και τα ΑΠΣ για το  
Δημοτικό και το Νηπιαγωγείο»**

**Επιστημονικός Υπεύθυνος Έργου**  
**Γεώργιος Τύπας**

*Μόνιμος Πάρεδρος του Παιδ. Ινστιτ.*

**Αναπληρωτής Επιστημ. Υπεύθ. Έργου**  
**Γεώργιος Οικονόμου**

*Μόνιμος Πάρεδρος του Παιδ. Ινστιτ.*

**Έργο συγχρηματοδοτούμενο 75% από  
το Ευρωπαϊκό Κοινωνικό Ταμείο και  
25% από εθνικούς πόρους.**

## ΣΥΓΓΡΑΦΕΙΣ

Μαρία Δημοπούλου, Εκπαιδευτικός  
Τάσος Ζόμπολας, Εκπαιδευτικός  
Ελένη Μπαμπίλα, Εκπαιδευτικός  
Κωνσ/να Σκαβανή Αναπλ. Καθηγ.  
του Πανεπιστημίου Αιγαίου  
Αντιόπη Φραντζή, Εκπαιδευτικός  
Μαριάννα Χανζημιχαήλ, Εκπ/κός

## ΚΡΙΤΕΣ - ΑΞΙΟΛΟΓΗΤΕΣ

Ευγενία Φλογαΐτη , Αναπλ. Καθηγ.  
του Πανεπιστημίου Αθηνών  
Βασιλική Κουτσοκώστα,  
Σχολική Σύμβουλος  
Γεώργιος Δημόπουλος,  
Εκπαιδευτικός

## ΕΙΚΟΝΟΓΡΑΦΗΣΗ

Αικατερίνη Τσανανά,  
Σκιτσογράφος - Εικονογράφος

## ΦΙΛΟΛΟΓΙΚΗ ΕΠΙΜΕΛΕΙΑ

Χαριτίνη Λιναρδάτου, Φιλόλογος

**ΥΠΕΥΘΥΝΟΣ ΤΟΥ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ**  
**ΚΑΤΑ ΤΗ ΣΥΓΓΡΑΦΗ**

**Αλεξάνδρα Χ. Κουλουμπαρίτση,  
Σύμβουλος του Παιδαγ. Ινστιτούτου**

**ΥΠΕΥΘΥΝΗ ΤΟΥ ΥΠΟΕΡΓΟΥ**  
**Ειρήνη Αργυρούδη, Εκπαιδευτικός**

**ΕΞΩΦΥΛΛΟ**  
**Γεώργιος Γκολφίνος,  
Εικαστικός Καλλιτέχνης**

**ΠΡΟΕΚΤΥΠΩΤΙΚΕΣ ΕΡΓΑΣΙΕΣ**  
**ACCESS Γραφικές Τέχνες Α.Ε.**

**Η προσαρμογή του βιβλίου έγινε από την Ομάδα ανάπτυξης ψηφιακού εκπαιδευτικού υλικού προσβάσιμου από αμβλύωπες μαθητές, του έργου «Σχεδιασμός και Ανάπτυξη προσβάσιμου εκπαιδευτικού και εποπτικού υλικού για μαθητές με αναπηρίες – Οριζόντια Πράξη».**

**ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΠΑΙΔΕΙΑΣ ΚΑΙ  
ΘΡΗΣΚΕΥΜΑΤΩΝ, ΠΟΛΙΤΙΣΜΟΥ  
ΚΑΙ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ  
ΙΝΣΤΙΤΟΥΤΟ ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΑΣ  
ΥΠΟΛΟΓΙΣΤΩΝ & ΕΚΔΟΣΕΩΝ  
«ΔΙΟΦΑΝΤΟΣ»**

**Μαρία Δημοπούλου  
Τάσος Ζόμπολας - Ελένη Μπαμπίλα  
Κωνσταντίνα Σκαναβή  
Αντιόπη Φραντζή  
Μαριάννα Χατζημιχαήλ**

**ΑΝΑΔΟΧΟΣ ΣΥΓΓΡΑΦΗΣ:  
ΕΚΔΟΣΕΙΣ ΚΑΛΕΙΔΟΣΚΟΠΙΟ**

**Μελέτη Περιβάλλοντος**

**Β΄ Δημοτικού**

**3ος τόμος**



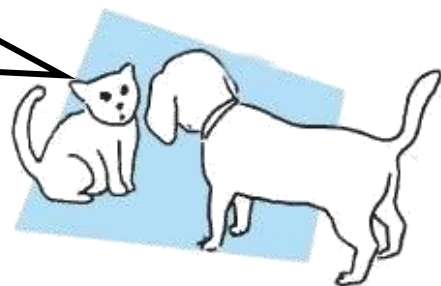


# 14. ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑ ΚΑΙ ΕΝΗΜΕΡΩΣΗ

## 14.1 Τρόποι επικοινωνίας και ενημέρωσης

Οι άνθρωποι έχουν την ανάγκη να έρχονται σε επαφή μεταξύ τους. Να ανταλλάσσουν μηνύματα, ιδέες, πληροφορίες και να εκφράζουν τα συναισθήματά τους. Με αυτό τον τρόπο επικοινωνούν μεταξύ τους και ενημερώνονται.

Κι εμείς τα ζώα  
επικοινωνούμε  
μεταξύ μας!



με το σώμα μας



με τις  
εκφράσεις μας



Οι άνθρωποι  
επικοινωνούμε



με τα νοήματα



με τα σύμβολα

Ανθή,  
Μην ξεχάσεις να  
ταΐσεις τον Σπίθα!  
η μαμά

με τα γραπτά μας

Ο πιο συνηθισμένος τρόπος επικοινωνίας είναι η **ομιλία**. Από πολύ μικροί μαθαίνουμε να μιλούμε με ευκολία μια γλώσσα, που είναι η μητρική μας γλώσσα.



- Στην τάξη έχετε όλοι την ίδια μητρική γλώσσα;
- Ποια ξένη γλώσσα θα θέλατε να μάθετε και γιατί;
- Πώς εκφράζετε τα συναισθήματά σας στους φίλους σας;

Η Ανθή και ο Κυριάκος, μαζί με τους συμμαθητές τους, θα παρουσιάσουν τη θεατρική παράσταση «Ειρήνη» του Αριστοφάνη. Σκέφτηκαν διάφορους τρόπους για να επικοινωνήσουν με φίλους, συγγενείς και γείτονες και να τους ενημερώσουν.



Γιαγιά, θα 'ρθεις  
να με δεις; Παίζω  
τον Τρυγαίο!



## ΠΡΟΣΚΛΗΣΗ

Η Β΄ τάξη παρουσιάζει  
στο Δημοτικό Θέατρο Πειραιά,  
την Παρασκευή 6 Μαΐου,  
στις 5 το απόγευμα,  
την Ειρήνη του Αριστοφάνη.

**ΕΙΣΤΕ ΟΛΟΙ ΚΑΛΕΣΜΕΝΟΙ**  
Είσοδος ελεύθερη.

**Το ανακοίνωσαν  
και από  
την ιστοσελίδα  
του σχολείου.**



## **Δημοτικό Σχολείο Φιλιατρών Μεσσηνίας**



**• Ποιους τρόπους επικοινωνίας χρησιμοποίησαν οι μαθητές της Β΄ τάξης, για να κάνουν γνωστή την παράσταση που θα παρουσιάσουν;**

**• Πώς νομίζετε ότι έστειλαν τις προσκλήσεις τους;**



**• Σε ποιους τηλεφώνησαν;**

**• Υπάρχουν άλλοι τρόποι επικοινωνίας, που δεν τους σκέφτηκαν;**

.....

.....

.....

.....

# 14.2 Τα Μέσα Μαζικής Ενημέρωσης

**Διαβάζω, ακούω, βλέπω...**  
Οι άνθρωποι μαθαίνουν τα νέα από όλο τον κόσμο ακούγοντας ραδιόφωνο, διαβάζοντας εφημερίδες και περιοδικά ή βλέποντας τηλεόραση. Τα μέσα αυτά ενημερώνουν και ψυχαγωγούν. Λέγονται **Μέσα Μαζικής Ενημέρωσης (Μ.Μ.Ε.)**.



**Ξεφυλλίστε μια εφημερίδα. Γράψτε τι βρίσκουμε στις σελίδες της.**

**Άρθρα,** .....

.....

.....

**Δημοσιογράφοι, φωτογράφοι,  
γραφίστες, γελοιογράφοι και  
τυπογράφοι εργάζονται για να  
ετοιμάσουν μια εφημερίδα.**



- **Τι νομίζεις ότι κάνει καθένας από αυτούς;**
- **Τι θα ήθελες να κάνεις εσύ σε μια εφημερίδα;**

### **μουσική εκπομπή**

**συνέντευξη**



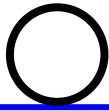
**ειδήσεις**



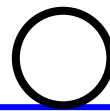
**Ταξιδεύετε με τους γονείς σας με το αυτοκίνητο και ακούτε ραδιόφωνο.**



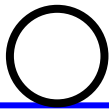
**Βάλτε ✓ στην εκπομπή που θα σας άρεσε να ακούσετε:**



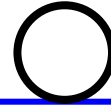
**ειδήσεις**



**μουσική**



**αθλητικά**



.....  
**(κάτι άλλο)**



**Τι γίνεται αν καθένας θέλει να ακούσει διαφορετική εκπομπή;  
(Μπορείτε να οργανώσετε ένα θεατρικό παιχνίδι με αυτή τη σκηνή.)**





1. κινούμενα σχέδια
2. ντοκιμαντέρ
3. παιδικό πρόγραμμα
4. ειδήσεις
5. αθλητικά
6. κωμωδία



**Παρατηρήστε τις διάφορες εκπομπές στην οθόνη της τηλεόρασης:**

- Ποιο είναι το περιεχόμενό τους;
- Σε ποιους απευθύνονται;
- Τι ώρα προβάλλονται, συνήθως;
- Ποιες από αυτές σας αρέσει να βλέπετε και γιατί;



**Διαλέγω να δω εκπομπές που:**

Είναι για την ηλικία μου

Δεν προβάλλονται αργά τη νύχτα

Δεν έχουν βία

---

---

---

---

- Σκέψου τι άλλα πράγματα μπορείς να κάνεις στον ελεύθερο χρόνο σου, εκτός από το να βλέπεις τηλεόραση.

**Μέσα Μαζικής  
Ενημέρωσης**

## 14.3 Τι μάθαμε για τις μεταφορές και την επικοινωνία-ενημέρωση

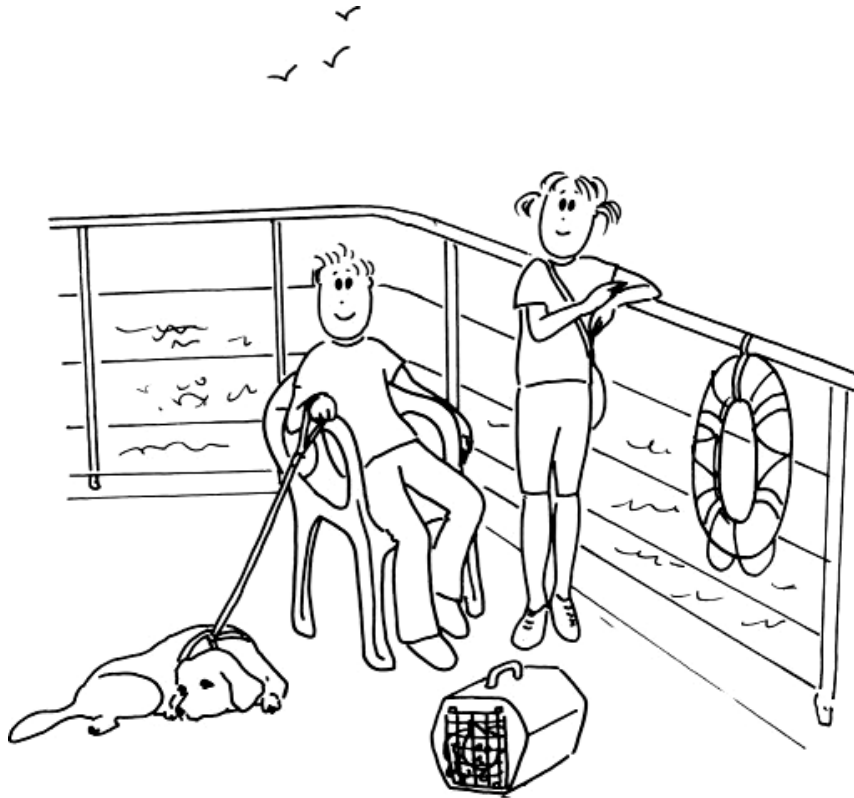
Οι άνθρωποι έχουν ανάγκη να **επικοινωνούν** και να **ενημερώνονται**.

- Ο πιο συνηθισμένος τρόπος επικοινωνίας είναι με τη γλώσσα που μιλάμε ή γράφουμε. Άλλοι τρόποι επικοινωνίας είναι με το σώμα μας, με τις εκφράσεις του προσώπου, με τα νοήματα και με τα σύμβολα.
- Οι εφημερίδες, το ραδιόφωνο και η τηλεόραση λέγονται **Μέσα Μαζικής Ενημέρωσης (Μ.Μ.Ε.)**. Βοηθούν τους ανθρώπους να μαθαίνουν τα νέα από όλο τον κόσμο και να ψυχαγωγούνται.



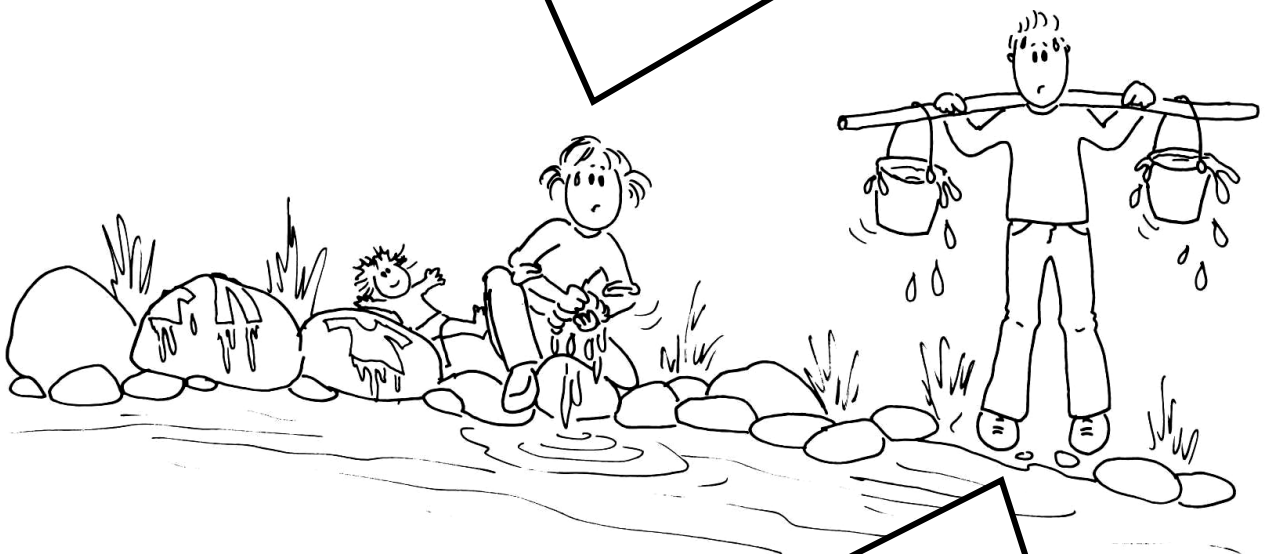
- Οι άνθρωποι επικοινωνούν και ενημερώνονται και μέσα από τα ταξίδια τους. Για να μετακινηθούν από τόπο σε τόπο, χρησιμοποιούν τα **μέσα μεταφοράς** στη στεριά, στον αέρα και στη θάλασσα.
- Τα μέσα μεταφοράς που χρησιμοποιούν πολλοί άνθρωποι μαζί για τις μετακινήσεις τους λέγονται **μέσα συγκοινωνίας**.
- Υπάρχουν, ακόμα, μέσα μεταφοράς που βοηθούν τους ανθρώπους στις δουλειές τους και στη μεταφορά των εμπορευμάτων.
- Για να μη γίνονται ατυχήματα, υπάρχουν κανόνες για τους οδηγούς και τους πεζούς.

**Πολλές φορές καταλαβαίνουμε έναν κανόνα από τα σήματα κυκλοφορίας που υπάρχουν στους δρόμους.**



## 15. ΠΟΛΙΤΙΣΜΟΣ

**Αναρωτηθήκατε πώς ζούσαν οι άνθρωποι στα πολύ παλιά χρόνια.**



**Τι άλλαξε στον τρόπο της ζωής των ανθρώπων από τότε μέχρι σήμερα; Τι έμεινε το ίδιο;**

Θα μάθουμε για τις **Υιοιές** και τα **παιδιά** τους.



Θα συγκρίνουμε **τον τρόπο της ζωής** με το δικό μας.



Πώς ζούσαν **οι παλαιοί**;

Θα παρατηρήσουμε **δικά τους αντικείμενα** στο **Μουσείο** και **στα στίλια** μας.



Θα **γνωρίσουμε** τα **μνημεία** που άφησαν **στον τόπο** τους.



Σε αυτή την ενότητα:



## 15.1 Μνημεία από παλιά

Οι αρχαίοι Έλληνες διάλεξαν ωραία μέρη για να φτιάχνουν τους ναούς τους. Ένα τέτοιο μέρος είναι και το Σούνιο, στην Αττική. Εκεί ψηλά, σ' ένα βράχο, οι αρχαίοι έχτισαν ένα ναό αφιερωμένο στον Ποσειδώνα, το θεό της θάλασσας.



Ναός του Ποσειδώνα στο Σούνιο.



- Από τι υλικό είναι φτιαγμένος ο ναός;
- Ποια μέρη του ναού νομίζεις ότι λείπουν σήμερα;
- Υπάρχει στην περιοχή σας παρόμοιος ναός;



**Το κάστρο του Μόλυβου βρίσκεται στη Λέσβο. Χτίστηκε πριν από πολλά χρόνια, για να προστατεύει με τα γερά του τείχη τους κατοίκους της πόλης από τις επιθέσεις των εχθρών. Το βράδυ, οι πύλες έκλειναν. Άνοιγαν το πρωί, για να πάνε οι άνθρωποι στις δουλειές τους.**

**Το κάστρο  
του Μόλυβου,  
στη Λέσβο.**



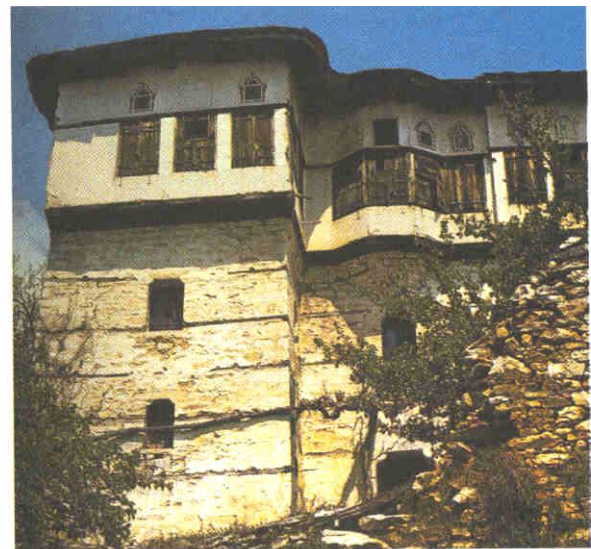
**Κοίταξε την εικόνα και σκέψου ποια μπορεί να είναι η χρήση του κάστρου σήμερα.**



**Κλείσε τα μάτια και φαντάσου  
ότι βρίσκεσαι μέσα σ' ένα  
κάστρο.**

- **Τι βλέπεις;**
- **Τι ακούς;**
- **Πώς αισθάνεσαι;**

**Αρχοντικό  
στη Βυζίτσα  
του Πηλίου.**



**Το αρχοντικό αυτό σπίτι ανήκε σε  
έναν πλούσιο έμπορο. Για να  
το χτίσει, διάλεξε τους καλύτερους  
μαστόρους. Ήθελε να 'ναι γερό και  
όμορφο.**



- **Τι υλικά χρησιμοποίησαν  
οι μαστόροι;**
- **Θα θέλατε να μένατε σε ένα τέτοιο  
σπίτι και γιατί;**

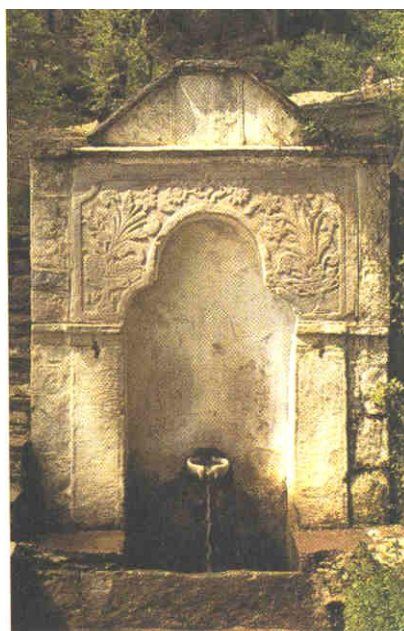
**Στα παλιά χρόνια οι δρόμοι ήταν στρωμένοι με πέτρες. Αυτοί οι δρόμοι λέγονται καλντερίμια.**

**Καλντερίμι  
στη Μονεμβασιά  
(κάτω πόλη).**



- **Πώς είναι φτιαγμένοι οι δρόμοι σήμερα και γιατί;**

**Οι νοικοκυρές έπαιρναν νερό από τη βρύση, που βρισκόταν στην πλατεία του χωριού.**



**Βρύση**

- **Γιατί νομίζεις ότι συνέβαινε αυτό;**

- Σήμερα πώς έρχεται το νερό στα σπίτια μας;



Τι νομίζετε ότι θα αφήσουμε εμείς στους ανθρώπους που θα ζήσουν μετά από εκατό χρόνια;

ναός κάστρο  
αρχοντικό καλντερίμι  
βρύση

## 15.2 Στο Λαογραφικό Μουσείο

Πάμε στο  
Λαογραφικό  
Μουσείο;

Τέλεια ιδέα!  
Εκεί θα δούμε  
πολλά παλιά  
αντικείμενα.



Στο Λαογραφικό Μουσείο  
βρίσκονται συλλογές από  
αντικείμενα που μας βοηθούν να  
καταλάβουμε πώς ζούσαν άλλοτε  
κάποιοι άνθρωποι.



**Γράψε τρία αντικείμενα που  
τα έχουμε κι εμείς σήμερα  
στην κουζίνα μας.**

---

---



**Γράψε τρία αντικείμενα που  
έχουμε στην κουζίνα μας και  
δεν υπάρχουν στη φωτογραφία.**

---

---



**Ύπνε, που παίρνεις τα μικρά,  
έλα, πάρε και τούτο.  
Μικρό μικρό σου το 'δωσα  
μεγάλο φέρε μού το...**



**Γράψε πέντε λέξεις που σου  
έρχονται στο νου, όταν ακούς  
τη λέξη κούνια.**

.....

.....

.....



**Με τις λέξεις αυτές διηγήσου  
μια ιστορία στους συμμαθητές  
σου.**





**Στο Μουσείο μιλάμε  
σιγά και είμαστε  
προσεκτικοί.**



**Περίγραψε τη φορεσιά  
της εικόνας.**

.....

.....

.....

.....

.....

.....



Σε τι μοιάζει και σε τι  
διαφέρει η παραδοσιακή  
φορεσιά από τα δικά μας ρούχα;

Στο Λαογραφικό Μουσείο, ανάμεσα  
σε άλλα εκθέματα, βλέπουμε και  
διάφορες παραδοσιακές φορεσιές.  
Έτσι μαθαίνουμε πώς ντύνονταν  
οι άνθρωποι τις καθημερινές και  
πώς τις γιορτινές μέρες.

**μουσείο συλλογή  
έκθεμα**

## 15.3 Τα παλιά αντικείμενα διηγούνται

Ψάξαμε στα σπίτια μας  
και βρήκαμε παλιά  
αντικείμενα.



Ζητήσαμε από τους  
γονείς μας να μας πουν  
την ιστορία τους.

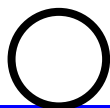
Η ξύλινη αυτή  
κασέλα  
είναι σκαλισμένη  
στο χέρι.



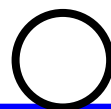
Η προγιαγιά την έφερε  
στο καινούριο της σπίτι, όταν  
παντρεύτηκε.

 Σε τι νομίζεις πώς χρησίμευε  
η κασέλα;

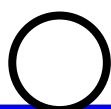
Βάλε ✓ σε ό,τι ταιριάζει:



Για να αποθηκεύει  
φρούτα.



Για να βάζει  
τα ασπρόρουχα.



Για να τακτοποιεί  
τα μαχαιροπίρουνα.

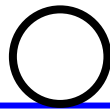
Τα σκουλαρίκια είναι  
δώρο του προπάππου  
στη γυναίκα του,  
όταν γεννήθηκε το  
ο πρώτο τους παιδί.



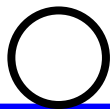
Είναι φτιαγμένα από ασήμι, χρυσό και πολύτιμες πέτρες.

 Πώς λέγεται ο τεχνίτης που τα έφτιαξε;

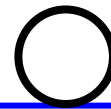
Βάλε ✓ στη σωστή απάντηση:



Αργυροχρυσόχος

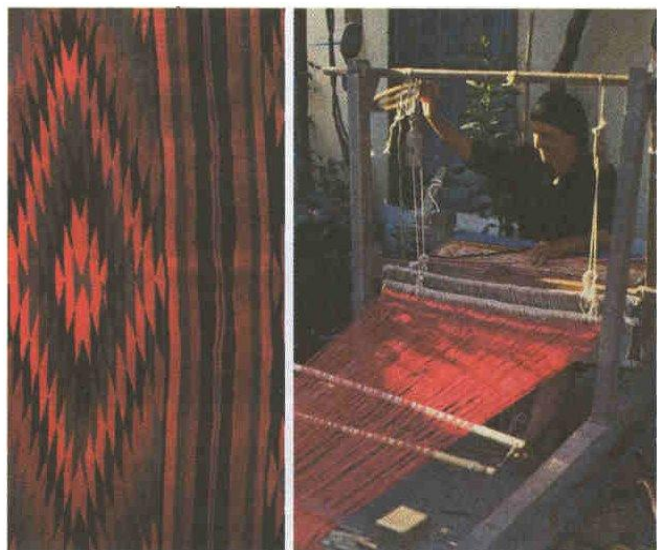


Ξυλουργός



Χτίστης

Η γιαγιά ύφανε το χαλί στον αργαλειό της. Έβαψε τα νήματα με χρώματα από φυτά.





Διάγραψε τις λέξεις που δεν ταιριάζουν σε χαλί:

χειροποίητο

μάλλινο

νόστιμο

βαρύ

εντυπωσιακό

πονηρό

παλιό

πολύτιμο

πλαστικό

χρωματιστό



Χρησιμοποίησε μερικές από τις λέξεις που έμειναν για να γράψεις ένα κείμενο για το χαλί.

.....

.....

.....

.....

.....

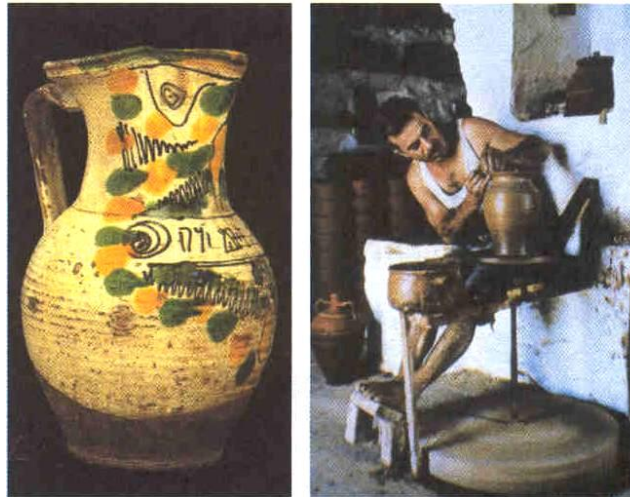
.....

.....

.....

**Αυτή η κεραμική κανάτα φτιάχτηκε πριν από εκατό χρόνια.**

**Ο αγγειοπλάστης που την έφτιαξε είχε το εργαστήριό του δίπλα στο σπίτι μας στο χωριό.**



**Από τι υλικό είναι αυτή η κανάτα; Υπάρχουν σήμερα τέτοιες κανάτες;**



**Γράψε τρία κεραμικά αντικείμενα που υπάρχουν στο σπίτι σου:**

.....

.....

.....



- Εσείς έχετε παλιά αντικείμενα στο σπίτι σας; Ξέρετε την ιστορία τους;
- Πού νομίζετε ότι θα... προτιμούσε να βρίσκεται ένα αντικείμενο, στο σπίτι ή στο μουσείο; Γιατί;

**αγγειοπλάστης  
αργαλειός**



## 15.4 Πανηγυράκι γίνεται

Φέτος το καλοκαίρι  
πήγαμε στο πανηγύρι  
του χωριού μας.



Έχεις καμιά  
φωτογραφία;



Εσείς έχετε πάει σε πανηγύρι;  
Πού; Πότε; Τι θυμάστε από  
αυτό;



Γράψε μερικά πράγματα  
που κάνουν οι άνθρωποι

στα πανηγύρια:

---

---

---

---

Οι μουσικοί στα πανηγύρια παίζουν παραδοσιακά όργανα.



Γράψε το σωστό όνομα κάτω από κάθε μουσικό όργανο:

νταούλι

λύρα

φλογέρα



.....

**πανηγύρι  
παραδοσιακά όργανα**

**Κάθε τόπος έχει τις δικές του γιορτές, τη μουσική του, τα τραγούδια του, τους χορούς του, τα έθιμα του, τα πανηγύρια του.**

**Γιορτές γίνονται και στα σχολεία. Οι μαθητές, στο τέλος της σχολικής χρονιάς, ετοιμάζουν μια μεγάλη εκδήλωση που μοιάζει με πανηγύρι. Καλεσμένοι είναι όλοι: οι γονείς, οι συγγενείς, οι φίλοι και οι γείτονες.**





• Τι θα θέλατε να παρουσιάσει η τάξη σας στην εκδήλωση που γίνεται στο τέλος της σχολικής χρονιάς;

• Προσπαθήστε να οργανώσετε τη σχολική γιορτή σας:

**Θέματα που προτείνουμε:**

\_\_\_\_\_

**Επιλέξαμε:** \_\_\_\_\_

**Ιδέες για τη γιορτή:** \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

**Εγώ ανέλαβα:** \_\_\_\_\_

**Θα μας βοηθήσει:** \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

## 15.5 Τι μάθαμε για τον πολιτισμό

Ο τρόπος που ζούμε, ο τρόπος που χτίζουμε τις πόλεις και τα σπίτια μας, τα αντικείμενα που χρησιμοποιούμε καθημερινά, οι δουλειές που κάνουμε, οι γιορτές μας, η μουσική που ακούμε, οι συνήθειες μας, όλα δείχνουν τον πολιτισμό μας.

- Οι ναοί, τα κάστρα, τα αρχοντικά, τα καλντερίμια, οι βρύσες που σώζονται μέχρι σήμερα, μας δείχνουν πώς ήταν οι πόλεις και τα χωριά τα παλιά χρόνια.
- Τα παλιά αντικείμενα που βρίσκονται στις συλλογές των μουσείων, αλλά και στα σπίτια μας, από τους παππούδες και τις γιαγιάδες, μας δείχνουν τι χρησιμοποιούσαν παλιότερα οι άνθρωποι στην καθημερινή τους ζωή.



- Τα πανηγύρια, οι γιορτές, η μουσική, τα τραγούδια, οι χοροί και τα έθιμα του κάθε τόπου μάς βοηθούν να μάθουμε τον τρόπο με τον οποίο διασκεδάζαν οι άνθρωποι παλιότερα.

- Πολλά πράγματα άλλαξαν στον τρόπο ζωής των ανθρώπων από τότε μέχρι σήμερα.

Κάποια άλλα, όμως, έχουν μείνει ίδια, όπως .....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

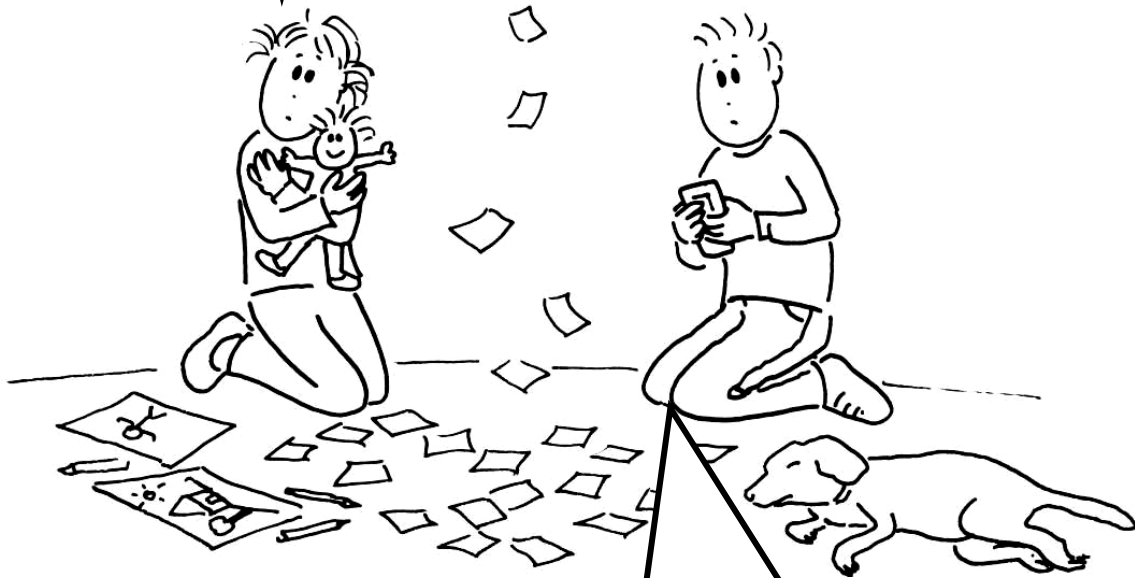
.....

(συμπλήρωσε εσύ)

**Αν περάσουν τα χρόνια,  
τι θα μείνει από μας.**

**ΗΜΕΡΟΛΟΓΙΟ**

**27**



**Ίσως το γκέιμ μπόι μου  
να πάει στο Μουσείο.**

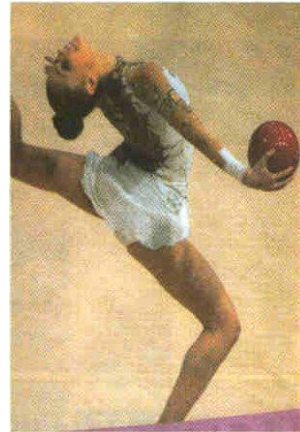
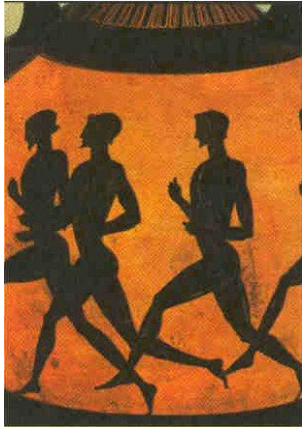
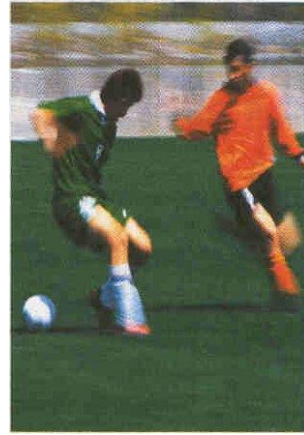
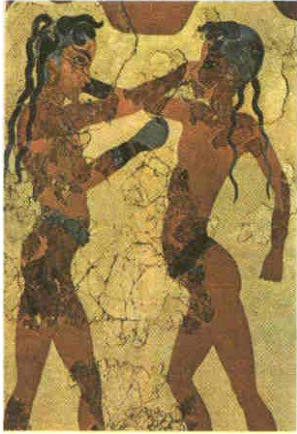
# 16. ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΣ ΚΑΙ ΨΥΧΑΓΩΓΙΑ

## 16.1 Ο αθλητισμός και οι Ολυμπιακοί Αγώνες

Το 2004 έγιναν στην Ελλάδα οι Ολυμπιακοί Αγώνες. Οι καλύτεροι αθλητές και οι καλύτερες αθλήτριες απ' όλο τον κόσμο ήρθαν στην Αθήνα, για να πάρουν μέρος στα διάφορα αγωνίσματα.

Οι Ολυμπιακοί Αγώνες ξεκίνησαν από την αρχαία Ελλάδα. Γίνονταν κάθε τέσσερα χρόνια στην αρχαία Ολυμπία. Στις μέρες μας, γίνονται κάθε τέσσερα χρόνια σε διαφορετική χώρα. Οι αγώνες αυτοί δείχνουν σε όλο τον κόσμο την αξία του αθλητισμού και της ειρήνης.





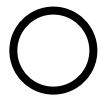
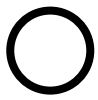
- Γράψε κάτω από κάθε εικόνα το όνομα του αθλήματος που ταιριάζει.

Ποδόσφαιρο πυγμαχία ρυθμική

γυμναστική στίβος



- Ποια από τα παραπάνω αθλήματα είναι ομαδικά και ποια ατομικά;
- Γνωρίζεις άλλα αθλήματα; Είναι ομαδικά ή ατομικά;
- Έχεις παρακολουθήσει κάποιον αγώνα από κοντά;
- Ποιο άθλημα προτιμάς και γιατί; Βάλε ✓ στο κυκλάκι.

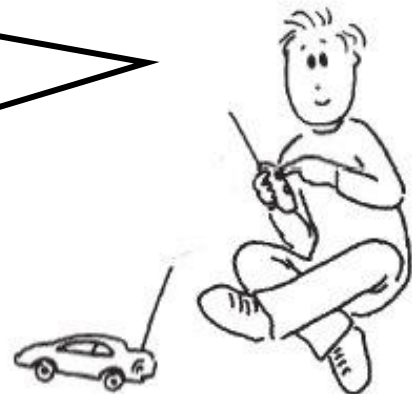


## 16.2 Τι κάνω στον ελεύθερο χρόνο μου



Έχω ανάγκη  
από ελεύθερο  
χρόνο, για να  
κάνω πράγματα  
που μου αρέσουν  
και τα αγαπώ.

Κάθε παιδί έχει  
δικαίωμα  
στο παιχνίδι και  
στην ψυχαγωγία.





**Να παίζω με  
τα παιχνίδια μου  
(κούκλες,  
επιτραπέζια).**

**Μου  
αρέσει**



**Να διαβάζω  
βιβλία.**



**Να παίζω στον  
υπολογιστή μου.**

**Να πηγαίνω  
στον κινηματογράφο  
και στο θέατρο.**

**Μου  
αρέσει**



**Να ζωγραφίζω.**

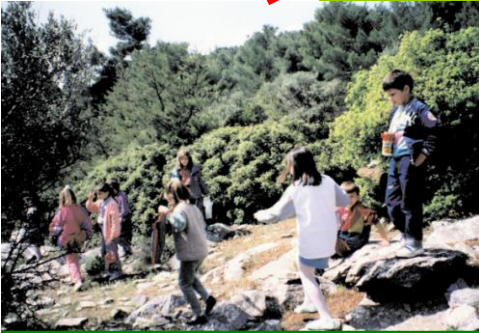


**Να γυμνάζομαι ή να κάνω  
προπόνηση στον αθλητικό  
σύλλογο της γειτονιάς μου.**

**Μου αρέσει να  
τρέχω στο βουνό.**



**Μου  
αρέσει**



**Να παίζω σε  
ανοιχτό χώρο με  
τους φίλους μου.**



**Να παίζω  
ένα μουσικό  
όργανο.**



- **Εσύ έχεις ελεύθερο χρόνο;**
- **Τι κάνεις σ' αυτόν  
τις καθημερινές;**
- **Τι κάνεις τα Σαββατοκύριακα;**
- **Τι άλλο θα ήθελες να κάνεις;**
- **Πώς περνάς τον ελεύθερο  
χρόνο σου, μόνος σου ή με  
τους φίλους σου;**

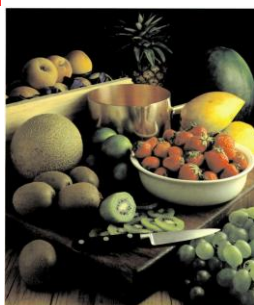
# 17. Η ΔΙΑΤΡΟΦΗ ΜΑΣ

Οι άνθρωποι, όπως όλοι οι ζωντανοί οργανισμοί, για να μεγαλώσουν και να αναπτυχθούν χρειάζονται τροφή και νερό. Για να είμαστε γεροί και δυνατοί, πρέπει κάθε μέρα να παίρνουμε τροφές και από τις πέντε παρακάτω ομάδες, καθώς και νερό.

Οι  
τροφές



Τα γαλακτοκομικά  
(γάλα, τυρί,  
βούτυρο, γιαούρτι)



Τα λαχανικά  
και τα φρούτα



**Το ψωμί,  
τα δημητριακά  
και τα όσπρια**



**Το κρέας και  
τα ψάρια**



**Το λάδι**



**Πόσες ομάδες τροφών  
κρύβονται σε ένα πιάτο  
μακαρόνια με κιμά και τριμμένο  
τυρί;**

**Πόσο νερό πρέπει  
να πίνω κάθε μέρα;**







Για την καλή λειτουργία του οργανισμού, είναι απαραίτητο να τρώμε αρκετές φορές τη μέρα. Δες τι έφαγε ο Κυριάκος στα τρία κύρια γεύματα της μέρας.



Συμπλήρωσε τη λέξη που ταιριάζει σε κάθε γεύμα.

πρωινό

μεσημεριανό

βραδινό

Γάλα με  
δημητριακά

Ρύζι με  
γιαούρτι

.....

Σαλάτα, ψάρι,  
μαύρο ψωμί  
και φρούτο

.....



Συμπλήρωσε τι τρώς για  
δεκατιανό και τι για  
απογευματινό:

δεκατιανό

απογευματινό

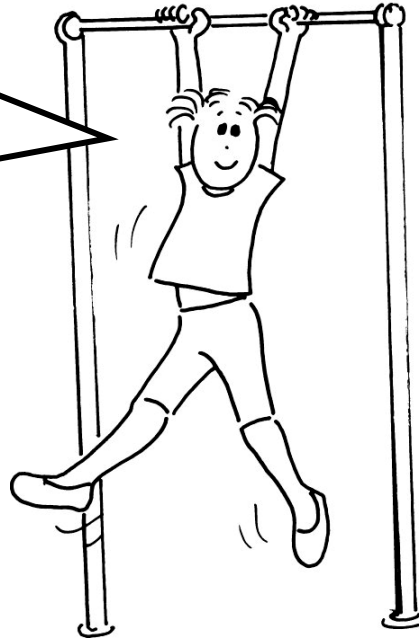
.....	.....
.....	.....
.....	.....
.....	.....
.....	.....

### Παροιμία

Πρέπει να τρώμε:

- Το πρωί σαν βασιλιάδες.
- Το μεσημέρι σαν άρχοντες.
- Το βράδυ σαν φτωχοί.

**Εκτός από  
τη σωστή  
διατροφή,  
χρειάζεται και  
άσκηση.**



**Συζητήστε στην τάξη για τις δικές σας διατροφικές συνήθειες:**

- **Τρώτε όλοι πρωινό προτού ξεκινήσετε για το σχολείο;**
- **Τι τρώτε για δεκατιανό στο διάλειμμα;**
- **Γιατί πρέπει να αποφεύγουμε τα αναψυκτικά και τις έτοιμες λιχουδιές (γαριδάκια, πατατάκια, κρουασάν...);**

## 18. ΤΟ ΠΑΙΧΝΙΔΙ



- Ζωγράφισε το αγαπημένο σου παιχνίδι μέσα στο παρακάτω πλαίσιο.
- Δώσε έναν τίτλο στη ζωγραφιά σου.

Τίτλος: .....



- Μίλησε στο διπλανό ή στη διπλανή σου γι' αυτό.



- Γράψε τέσσερις λέξεις που να το περιγράφουν:

.....

.....



Κοίταξε τώρα προσεκτικά τις παρακάτω εικόνες:



- Με τι υλικά είναι φτιαγμένα αυτά τα παιχνίδια;

- Σε τι μοιάζουν και σε τι διαφέρουν μεταξύ τους;

- Εσύ ποιο παιχνίδι σου θα διάλεγες για να μπει σε ένα Μουσείο Παιχνιδιών και γιατί;



Τι προσέχεις να δεις πάνω στο κουτί, προτού αγοράσεις ένα παιχνίδι;

- Το **σήμα CE**, που δείχνει ότι το παιχνίδι είναι **ασφαλές**.
- Την **ηλικία** των παιδιών που μπορούν να το παίξουν.
- Την **τιμή**, για να δω αν μπορώ να το αγοράσω.



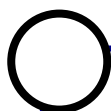
Τι άλλο σε ενδιαφέρει, όταν θέλεις να αγοράσεις ένα παιχνίδι;



**Εσύ πώς διαλέγεις  
ένα παιχνίδι;**



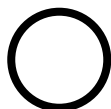
**(Βάλε ✓ στην απάντηση  
που θέλεις.)**



**Το είδα στο σπίτι  
ενός φίλου μου.**



**Διαφημίζεται στην τηλεόραση.**



**Το βλέπω στο ράφι ενός  
μαγαζιού με παιχνίδια.**



**Συζητήστε:**

- Σου αρέσει να μοιράζεσαι τα παιχνίδια σου με άλλους και γιατί;
- Πώς τακτοποιείς τα παιχνίδια σου;
- Εσύ φτιάχνεις δικά σου παιχνίδια;
- Τι κάνεις όταν χαλάει ένα παιχνίδι σου;
- Τι κάνεις τα παλιά παιχνίδια σου;



**Παιχνίδι από άχρηστα υλικά**



## 19. ΤΟ ΒΙΒΛΙΟ

Για να δούμε πώς φτιάχτηκε το βιβλίο που κρατάς στα χέρια σου!



Οι συγγραφείς  
έγραψαν τις  
ιδέες τους.

Ο εικονογράφος  
ζωγράφησε εικόνες  
που ταιριάζουν με  
το κείμενο.



Ο σκιτσογράφος  
έφτιαξε τα σκίτσα  
των ηρώων: της Ανθής,  
του Κυριάκου και  
του Σπίθα.



**Ο γραφίστας ταίριαξε  
τα κείμενα με  
τις εικόνες και  
τα σκίτσα και έφτιαξε  
το βιβλίο  
στον υπολογιστή.**



**Ο τυπογράφος  
τύπωσε το βιβλίο  
σε πολλά αντίτυπα.**

**Οι άνθρωποι  
του εκδοτικού οίκου  
φρόντισαν το βιβλίο  
σε κάθε του βήμα  
και βοήθησαν να  
δώσουν όλοι τον  
καλύτερό τους εαυτό.**



**Με παρόμοιο τρόπο φτιάχνονται όλα τα βιβλία, εκτός από τα σχολικά, που τα παρακολουθούν και ειδικοί επιστήμονες του Παιδαγωγικού Ινστιτούτου.**



**Εσείς πώς διαλέγετε ένα βιβλίο;**

**Το παίρνω στα χέρια μου και κοιτάζω το εξώφυλλο.**

**Διαβάζω την περίληψη στο οπισθόφυλλο.**

**Το ξεφυλλίζω, το διαβάζω λίγο και κοιτάζω τις ζωγραφιές του.**

**Κάτι άλλο;**

.....

.....

.....



- Φέρε το αγαπημένο σου παραμύθι στην τάξη και παρουσιάσέ το (ήρωες, ιστορία με λίγα λόγια).
- Γράψε την ταυτότητά του:

**ΤΑΥΤΟΤΗΤΑ**

**Συγγραφέας:**

.....

.....

**Εικονογράφος:**

.....

.....

**Εκδοτικός οίκος:**

.....

.....

**Χρόνος έκδοσης:**

.....

.....



**Ζωγράφισε κάτι από αυτό:**

A large, empty rectangular box with a green border, intended for drawing or coloring.

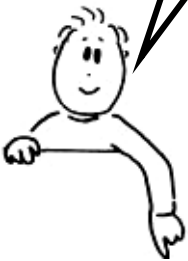


**Ανακατέψτε τους ήρωες  
των αγαπημένων σας  
παραμυθιών και φτιάξτε ένα δικό  
σας παραμύθι.**

## 20. ΑΣ ΓΙΟΡΤΑΣΟΥΜΕ

Κάποιες μέρες το χρόνο είναι μέρες χαράς και γιορτής. Στολί-  
ζουμε το σπίτι και η μαμά ετοιμάζει  
φαγητά και γλυκά. Στο σπίτι έρχο-  
νται φίλοι και συγγενείς μας.  
Ανταλλάσσουμε δώρα και  
διασκεδάζουμε.

Ψάξαμε και βρήκαμε  
φωτογραφίες από γιορτές  
και μέρες χαράς.  
Κάντε κι εσείς το ίδιο.



Να πωσ τις παρουσιάσαμε  
στην τάξη.



## Μέρες γιορτής



Γενέθλια



Γλέντι γάμου



Πάσχα



Πρωτοχρονιά



- Ποιες άλλες γιορτές γνωρίζετε;
- Ποια είναι η αγαπημένη σου γιορτή; Γιατί;







Σε λίγες μέρες είναι  
τα γενέθλιά μου.  
Έχω ένα σωρό  
πράγματα να  
σκεφτώ...



**Γράψε εδώ όλα όσα πρέπει να  
σκεφτείς:**



**Πού θα γιορτάσω (στο σπίτι,  
στον παιδότοπο, στο πάρκο)**



**Γράψε και ζωγράφισε μια  
πρόσκληση για τα γενέθλιά  
σου.**



# ΠΡΟΣΚΛΗΣΗ

Για τον/την

.....

Σε προσκαλώ

.....

(ημερομηνία)

.....

(ώρα) .....

(τόπος) .....

για να γιορτάσουμε μαζί τα γενέθλιά μου.



- Πώς γιορτάζετε τα γενέθλιά σας;
- Περιγράψτε κάποια γενέθλια που περάσατε πολύ όμορφα.
- Τι θυμάστε από αυτά;
- Υπήρξε κάποια έκπληξη;

## 21. ΟΙ ΤΕΣΣΕΡΙΣ ΕΠΟΧΕΣ



ΜΗΝΕΣ

.....

.....

.....

ΣΗΜΑΝΤΙΚΕΣ

ΓΙΟΡΤΕΣ:

25η Οκτωβρίου

17η Νοεμβρίου

Κατερίνα: Η Θεσσαλονίκη, όπου μένω, είναι πολύ όμορφη το φθινόπωρο. Τότε έχει και τη γιορτή της, του Αγίου Δημητρίου, και... φοράει τα καλά της. Εμένα μου αρέσει το φθινόπωρο, γιατί ανοίγουν τα σχολεία. Έτσι συναντάω ξανά τους φίλους μου, αγοράζω καινούρια τσάντα και παίρνω τετράδια, μολύβια και αυτοκόλλητα. Επίσης, αγοράζω και



καινούρια ρούχα: μπουφάν,  
μπότες, πουλόβερ...  
Γι' αυτό αγαπώ το φθινόπωρο.



Αν το φθινόπωρο ήταν χρώμα,  
εσύ ποιο χρώμα νομίζεις ότι θα  
ήταν;



**ΜΗΝΕΣ**

.....

.....

.....

**ΣΗΜΑΝΤΙΚΕΣ**

**ΓΙΟΡΤΕΣ:**

.....

.....

Κώστας: Εγώ ζω στην Αράχοβα,  
μια μικρή ορεινή πόλη, που είναι  
πολύ όμορφη το χειμώνα. Κάθε

φορά που χιονίζει, τρελαίνομαι να  
παίζω χιονοπόλεμο με τους φίλους  
μου. Τα καινούρια μου γάντια δε  
μουσκεύουν από τα χιόνια. Μου τα  
έφερε ο Αϊ – Βασίλης. Τα Χριστού-  
γεννα και την Πρωτοχρονιά έρχεται  
πολύς κόσμος στο σπίτι μας.  
Η μαμά μου κάνει μια νόστιμη  
βασιλόπιτα και πολλά άλλα γλυκά.



Εσύ πώς περνάς στον τόπο  
σου το χειμώνα;



**ΜΗΝΕΣ**

.....  
.....

.....  
**ΣΗΜΑΝΤΙΚΕΣ  
ΓΙΟΡΤΕΣ:**

.....  
.....

**Μαριάννα:** Η Αθήνα νομίζω πως όλες τις εποχές είναι ίδια. Εμένα όμως μου αρέσει η άνοιξη, γιατί φτιάχνει ο καιρός, η μέρα μεγαλώνει και πάω πιο συχνά στο πάρκο για να παίξω με τους φίλους μου. Κι ακόμα πιο πολύ μου αρέσει, γιατί το Πάσχα πηγαίνουμε στο χωριό του παππού και της γιαγιάς και ψήνουμε στην αυλή το αρνί. Τότε βρίσκομαι συνέχεια έξω από το σπίτι. Γι' αυτό κι αγαπώ τόσο αυτή την εποχή!



**Θυμήσου και γράψε με μια λέξη τι αισθάνεσαι όταν έρχεται η άνοιξη.**



**ΜΗΝΕΣ**

.....

.....

.....

**ΣΗΜΑΝΤΙΚΕΣ  
ΓΙΟΡΤΕΣ:**

.....

.....

**Παναγιώτης: Το νησί μου, η Πάρος, το καλοκαίρι γεμίζει τουρίστες. Μου αρέσει να βλέπω τα καράβια στο λιμάνι να πηγαινοέρχονται. Μόλις κλείσουν τα σχολεία, έρχονται και τα ξαδέρφια μου από την Αθήνα. Σχεδόν κάθε μέρα κάνουμε μπάνιο. Ο ήλιος καίει πολύ, αλλά καμιά φορά φυσάει και λίγο αεράκι. Τα απογεύματα, για να δροσιστούμε, τρώμε παγωτό.**



**Η μητέρα μου όμως λέει πως  
πρέπει να τρώμε ζουμερά  
καλοκαιρινά φρούτα, όπως  
καρπούζι, πεπόνι, ροδάκινα,  
βερίκοκα...**



**Ποια είναι η αγαπημένη σου  
καλοκαιρινή γεύση;**

## Γλωσσάριο

**Αριστοφάνης:** Αθηναίος κωμικός ποιητής που έζησε τα πολύ παλιά χρόνια.

**Έθιμα:** Συνήθειες που έχουν οι άνθρωποι σε κάθε τόπο και οι οποίες μεταφέρονται από τους γονείς στα παιδιά.

**Έκθεμα:** Αντικείμενο σε ανοιχτό ή κλειστό χώρο με σκοπό να το δουν επισκέπτες.

**Κανόνας:** Καθετί που μας λέει τι πρέπει ή τι δεν πρέπει να κάνουμε.

**Λαογραφικό Μουσείο:** Το μουσείο που έχει συλλογές από αντικείμενα (φορεσιές, έπιπλα, εργαλεία, κεντήματα κ.ά.) τα οποία παρουσιάζουν τον τρόπο με τον οποίο ζούσαν

**οι άνθρωποι ενός τόπου (ο λαός)  
την παλιά εποχή.**

**Ομάδα: Πολλοί άνθρωποι μαζί, που  
κάνουν κάτι βοηθώντας ο ένας  
τον άλλο.**

**Συλλογή: Πολλά πράγματα με  
παρόμοια χαρακτηριστικά (π.χ.  
συλλογή γραμματοσήμων, φύλλων  
κ.ά.).**

**Υπόνομος: Μεγάλοι σωλήνες  
της αποχέτευσης.**

# Παιδική βιβλιογραφία

## ΕΝΕΡΓΕΙΑ και ΜΕΤΑΦΟΡΕΣ

Ζαραμπούκα, Σ. (1999) Μυθολογία  
9- Οι άθλοι του Ηρακλή. Αθήνα:  
Κέδρος.

Brian, W. (2004) Τα μεταφορικά  
μέσα (μτφρ. Βρέττα Σ.). Αθήνα:  
Άμμος/ Larousse

Cittine, J (2004) Η Ρόζα ταξιδεύει  
(μτφρ. Τασοπούλου Α.). Αθήνα:  
Σαββάλας.

ΣΕΙΡΑ, «Μικροί επιστήμονες»,  
Ηλεκτρισμός. (2000) Αθήνα: Modern  
Times.

## **ΠΟΛΙΤΙΣΜΟΣ και ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΣ ΚΑΙ ΨΥΧΑΓΩΓΙΑ**

**Μυρογιάννη, Ε. (2003) Δέκα μικροί διάλογοι για ένα Μουσείο. Αθήνα: Καλειδοσκοπιο.**

**Goreman, M. (2002) Σούπερ γκολ (μτφρ. Βαρβαρούση Α.). Αθήνα: Μεταίχμιο.**

**Το βιβλίο των μικρών εξερευνητών. Αθήνα: Ελληνικά Γράμματα.**

## **Η ΔΙΑΤΡΟΦΗ ΜΑΣ/ ΤΟ ΒΙΒΛΙΟ/ ΟΙ ΤΕΣΣΕΡΙΣ ΕΠΟΧΕΣ**

**Παμπούδη, Π. (χ.χ.) Η μαύρη ιστορία, Αθήνα: Libro.**

**Φακίνου, Ε. (1985) Άνοιξη, Καλοκαίρι, Φθινόπωρο, Χειμώνας (4 βιβλία). Αθήνα: Κέδρος.**

**ΣΕΙΡΑ, «Φτιάχνω μόνος μου»,  
Stowell, C. (2000) Βιβλία  
(μτφρ. Τσιλιδάκη Σ.). Αθήνα:  
Modern.Times.**

## **ΓΕΝΙΚΑ**

**Ζαραμπούκα, Σ. (1996)  
Ο μαγογιατρός. Αθήνα: Πατάκης.**

**Ζαραμπούκα, Σ. (1992) Η ορχήστρα  
ποντικάτα. Αθήνα: Πατάκης.**

**Μάγος, Κ. (1999) Μια νύχτα στη  
χωματερή. Αθήνα: Μικρή Άρκτος.**

**Μαντούβαλου, Σ. (1994) Μια φορά  
ήταν η Κολοτούμπα, που έδεσε  
τον πόνο της φιόγκο. Αθήνα:  
Καστανιώτης.**

**Μάρα, Ε. (1994) Θεογονία. Αθήνα:  
Πατάκης.**

**Ο κύριος Μπεν, η Μου και τα  
σκουπίδια. (1991) Αθήνα: Πατάκης.**

**Ο ουρανός με τ' άστρα. (2004)  
Αθήνα: Καλειδοσκόπιο.**

**Εικόνες (η πρώτη μου  
εγκυκλοπαίδεια). (2002) Αθήνα:  
Modern.Times.**

**Εικόνες από το διάστημα. (1999)  
Αθήνα: Modern.Times.**

**Η πρώτη μου εγκυκλοπαίδεια.  
(2003) Αθήνα: Μεταίχμιο/ Larousse.**

**Μικρές εγκυκλοπαίδειες-  
Η επιστήμη. Αθήνα: Susaeta**

## **Φωτογραφικό υλικό**

- 23. σελίδα 124 (πάνω): ΓΙΩΡΓΟΣ ΔΕΠΟΛΛΑΣ**
- 24. σελίδα 124 (κάτω): ΔΗΜΗΤΡΗΣ ΤΑΛΙΑΝΗΣ**
- 25. σελίδα 125 (αριστερά): ΑΡΧΕΙΟ 5ης Ε.Β.Α.**
- 26. σελίδα 126,127 (πάνω), 138 (μεσαία): ΛΑΟΓΡΑΦΙΚΟ ΚΑΙ ΕΘΝΟΛΟΓΙΚΟ ΜΟΥΣΕΙΟ ΜΑΚΕΔΟΝΙΑΣ**
- 27. σελίδα 128, 129 (κάτω αριστερά): ΜΟΥΣΕΙΟ ΜΠΕΝΑΚΗ**
- 28. σελίδα 129 (κάτω δεξιά): ΚΕΝΤΡΟ ΜΕΛΕΤΗΣ ΝΕΩΤΕΡΗΣ ΚΕΡΑΜΕΙΚΗΣ**
- 29. σελίδα 130 (πάνω): ΚΩΣΤΑΣ ΒΕΡΓΑΣ**
- 30. σελίδα 130 (κάτω): ΦΟΙΒΟΣ ΑΝΩΓΕΙΑΝΑΚΗΣ (από το βιβλίο Ελληνικά Λαϊκά Μουσικά Όργανα**



**31. σελίδα 138 (αριστερά):  
ΜΟΥΣΕΙΟ ΑΜΦΙΠΟΛΗΣ**

## **ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ 3ου τόμου**

### **14. ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑ ΚΑΙ ΕΝΗΜΕΡΩΣΗ**

- 14.1. Τρόποι επικοινωνίας  
και ενημέρωσης.....7**
- 14.2 Τα Μέσα Μαζικής  
Ενημέρωσης .....12**
- 14.3 Τι μάθαμε για τις  
μεταφορές και την  
επικοινωνία – ενημέρωση.....18**

### **15. ΠΟΛΙΤΙΣΜΟΣ**

- 15.1 Μνημεία από παλιά.....23**
- 15.2 Στο Λαογραφικό Μουσείο.....28**
- 15.3 Τα παλιά αντικείμενα  
διηγούνται .....33**
- 15.4 Πανηγυράκι γίνεται .....39**
- 15.5 Τι μάθαμε για  
τον πολιτισμό .....43**

## **16. ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΣ ΚΑΙ ΨΥΧΑΓΩΓΙΑ**

<b>16.1 Ο αθλητισμός και οι Ολυμπιακοί Αγώνες.....</b>	<b>46</b>
<b>16.2 Τι κάνω τον ελεύθερο χρόνο μου .....</b>	<b>49</b>

## **ΕΥΚΑΙΡΙΑΚΕΣ ΕΝΟΤΗΤΕΣ**

<b>17. Η ΔΙΑΤΡΟΦΗ ΜΑΣ .....</b>	<b>53</b>
<b>18. ΤΟ ΠΑΙΧΝΙΔΙ.....</b>	<b>58</b>
<b>19. ΤΟ ΒΙΒΛΙΟ .....</b>	<b>63</b>
<b>20. ΑΣ ΓΙΟΡΤΑΣΟΥΜΕ.....</b>	<b>69</b>
<b>21. ΟΙ ΤΕΣΣΕΡΙΣ ΕΠΟΧΕΣ .....</b>	<b>74</b>
<b>Γλωσσάριο.....</b>	<b>80</b>
<b>Παιδική Βιβλιογραφία .....</b>	<b>85</b>

**Βάσει του ν. 3966/2011 τα διδακτικά βιβλία του Δημοτικού, του Γυμνασίου, του Λυκείου, των ΕΠΑ.Λ. και των ΕΠΑ.Σ. τυπώνονται από το ΙΤΥΕ - ΔΙΟΦΑΝΤΟΣ και διανέμονται δωρεάν στα Δημόσια Σχολεία. Τα βιβλία μπορεί να διατίθενται προς πώληση, όταν φέρουν στη δεξιά κάτω γωνία του εμπροσθόφυλλου ένδειξη «ΔΙΑΤΙΘΕΤΑΙ ΜΕ ΤΙΜΗ ΠΩΛΗΣΗΣ». Κάθε αντίτυπο που διατίθεται προς πώληση και δεν φέρει την παραπάνω ένδειξη θεωρείται κλεψίτυπο και ο παραβάτης διώκεται σύμφωνα με τις διατάξεις του άρθρου 7 του Νόμου 1129 της 15/21 Μαρτίου 1946 (ΦΕΚ 1946, 108, Α).**

**Απαγορεύεται η αναπαραγωγή οποιουδήποτε τμήματος αυτού του βιβλίου, που καλύπτεται από δικαιώματα (copyright), ή η χρήση του σε οποιαδήποτε μορφή, χωρίς τη γραπτή άδεια του Υπουργείου Παιδείας και Θρησκευμάτων, Πολιτισμού και Αθλητισμού / ΙΤΥΕ - ΔΙΟΦΑΝΤΟΣ.**



