

**ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΠΟΛΙΤΙΣΤΙΚΩΝ ΘΕΜΑΤΩΝ - ΕΥΕΛΙΚΤΗ ΖΩΝΗ:**  
**ΤΑΞΙΔΕΥΟΥΜΕ ΣΤΙΣ ΠΕΝΤΕ ΗΠΕΙΡΟΥΣ**  
**ΠΑΙΖΟΝΤΑΣ ΕΚΕΙ ΜΕ ΦΙΛΟΥΣ**



7<sup>ο</sup> Δ.Σ. ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΥΠΟΛΗΣ

ΤΑΞΗ Δ2

2016-2017

Υπεύθυνος Εκπαιδευτικός: Ξανθίδης Μάριος Π.Ε.11

**ΕΡΓΑΣΙΑ ΣΤΗΝ ΕΥΕΛΙΚΤΗ ΖΩΝΗ (1):**  
**ΤΑΞΙΔΕΥΟΥΜΕ ΣΤΙΣ ΠΕΝΤΕ ΗΠΕΙΡΟΥΣ**  
**ΠΑΙΖΟΝΤΑΣ ΕΚΕΙ ΜΕ ΦΙΛΟΥΣ**

## **ΑΜΕΡΙΚΗ**

Βασιλική Μπουρμπούρη  
Δέσποινα Μιχαηλίδου  
Έρικα Τιλκερίδου  
Ευαγγελία Τσιρτσίδου

Ομάδα 1<sup>η</sup>



# ΖΩΓΡΑΦΙΣΑΜΕ ΤΟ ΧΑΡΤΗ ΤΗΣ ΑΜΕΡΙΚΑΝΙΚΗΣ ΗΠΕΙΡΟΥ



# ΑΜΕΡΙΚΗ



# ΠΑΙΧΝΙΔΙΑ ΤΗΣ ΑΜΕΡΙΚΗΣ

## CHUECA

**Εξοπλισμός :** μπαστούνι του χόκεϊ, μπαλάκι του χόκεϊ ή παρόμοιο, κονκάρδες ή χρωματιστές φανέλες

**Προέλευση :** Χιλή

**Αριθμός συμμετεχόντων:** 20 ή περισσότεροι

**Παρουσίαση παιχνιδιού:** Χωρίστε τα παιδιά σε 2 ομάδες. Οι παίκτες κάθε ομάδας στέκονται αντιμέτωποι στις πλάγιες γραμμές του χώρου παιχνιδιού. Χαράξτε μια γραμμή τερμάτων για κάθε ομάδα και έναν κύκλο με διάμετρο ενός μέτρου στο κέντρο του γηπέδου . Τοποθετήστε τη μπάλα στο κέντρο του κύκλου . Με το σύνθημα , ένας παίκτης από κάθε ομάδα τρέχει προς το κέντρο και προσπαθεί να φτάσει πρώτος στο μπαλάκι . Ο παίκτης που θα φτάσει πρώτος οδηγεί το μπαλάκι προς την εστία με την βοήθεια των συμπαικτών του . Το μπαλάκι μεταφέρεται και μεταβιβάζεται με τα μπαστούνια το χόκεϊ από παιδί σε παιδί , ενώ οι παίκτες τις αντίπαλης ομάδας προσπαθούν να κλέψουν το μπαλάκι και να το μεταφέρουν στη δική τους εστία .



# ΜΠΑΛΟΝΙ ΣΤΟΝ ΑΕΡΑ

**Εξοπλισμός:** μπάλα βόλει ή παρόμοια , κώνοι , σφυρίχτρα, στυλό και χαρτί

**Προέλευση :**Αργεντινή

**Αριθμός συμμετεχόντων:** 30 έως 40

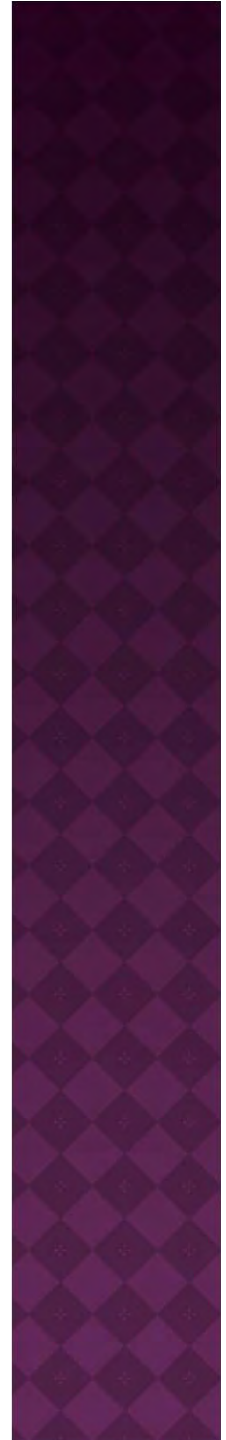
**Παρουσίαση παιχνιδιού:** Χωρίστε τα παιδιά σε 2 ομάδες . Τοποθετήστε τη μπάλα στο κέντρο του κύκλου της ομάδας Β για να ξεκινήσει κάθε γύρος του παιχνιδιού . Με το σφύριγμα , οι παίκτες της ομάδας Α τρέχουν γύρω από τους κώνους που οριοθετούν το χώρο παιχνιδιού και επιστρέφουν στο 'σπίτι' τους. Όσο χρόνο οι παίκτες της ομάδας Α τρέχουν, οι παίκτες της ομάδας Β δίνουν πάσα ο ένας στον άλλο πάνω από το κεφάλι και μετρούν αριθμό πασών. Μετά αλλάζουν ρόλους οι ομάδες και συγκρίνουν το σύνολο από τις πάσες τους.

# ΤΡΙΓΩΝΑΚΙ

- ◎ ΤΡΙΓΩΝΑΚΙ: Φτιάχνουμε στο χώμα ένα τρίγωνο και μέσα σε αυτό ο κάθε παίκτης βάζει 2-3 βόλους. Σε απόσταση περίπου 5 μ. βάζουμε μια πέτρα. Οι παίκτες ρίχνουν τους βόλους προς την πέτρα και όποιος φτάσει πιο κοντά παίζει πρώτος. Στη συνέχεια ο παίκτης χτυπάει με τον αντίχειρα το βόλο του ώστε να χτυπήσει έναν από αυτούς που βρίσκονται ήδη μέσα και να τον κερδίσει.

# ΜΠΑΖ

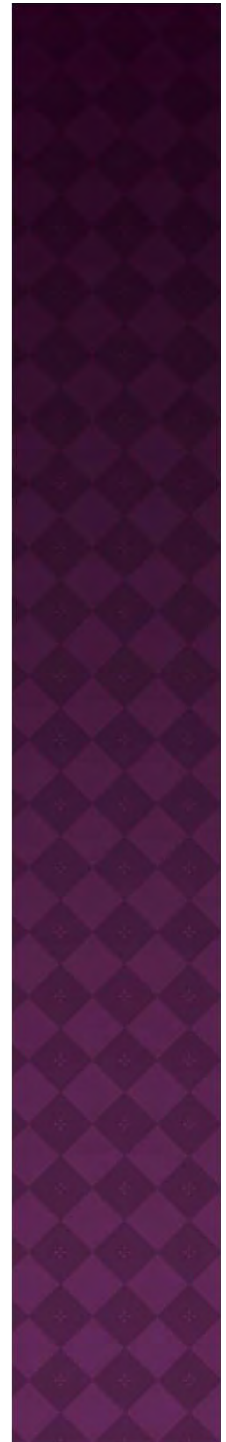
- ⦿ ΜΠΑΖ: Το Μπαζ παίζεται με τον ίδιο τρόπο, με τη διαφορά ότι οι βόλοι μπαίνουν σε ευθεία γραμμή ο ένας δίπλα στον άλλο. Ο πρώτος λέγεται μάνα και ο δεύτερος παραμάνα. Αν χτυπήσεις κάποιον από τους δύο αυτούς βόλους παίρνεις όλους όσους είναι στη σειρά μετά από αυτούς.





# ΤΡΕΞΙΜΟ ΜΕ ΤΡΙΑ ΠΟΔΙΑ

- ⦿ Χωριζόμαστε σε δυάδες , δένουμε το δεξί πόδι του ενός παιδιού και το αριστερό του άλλου.
- ⦿ Κάθονται όλοι σε μια ευθεία και όταν έρθει η ώρα να φύγουνε , τρέχουνε και όποιος φτάσει πρώτος στην απέναντι γραμμή είναι ο νικητής.



# ΤΡΕΧΕΙ ΤΟ ΔΑΚΤΥΛΙΔΙ

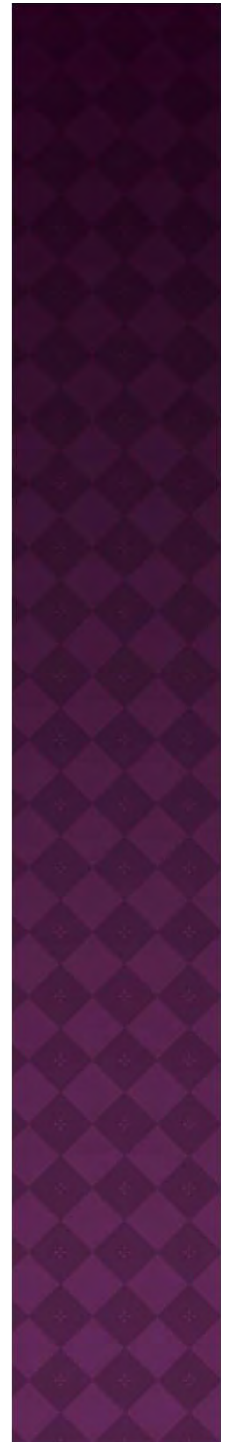
- ◉ Όλα τα παιδιά κάθονται στην ευθεία με τις παλάμες ενωμένες και μισάνοιχτες .
- ◉ Ένα παιδί που το διαλέγουμε για να ξεκινήσει το παιχνίδι κρατάει μέσα στις ενωμένες τις παλάμες του ένα κέρμα ή ένα νόμισμα.
- ◉ Αυτό το παιδί έχει ενωμένες τις παλάμες με το δακτυλίδι η το νόμισμα και περνάει τραγουδώντας μπροστά από κάθε παιδί.
- ◉ Καθώς περνάει από κάθε παιδί βάζει τις δυο ενωμένες παλάμες του ανάμεσα από τις δυο παλάμες των άλλων παιδιών και χωρίς να το καταλάβει κανείς αφήνει σε κάποιον το δακτυλίδι.
- ◉ Σε εκείνο το παιδί που τελειώνει το τραγούδι το ρωτάμε: «Που είναι το δακτυλίδι;»
- ◉ Αν το παιδί απαντήσει σωστά είναι ο επόμενος που θα δώσει το δακτυλίδι.
- ◉ Εάν όμως απαντήσει λάθος δίνει ένα αντικείμενο του να το πάρει πίσω και να κάνει κάτι που θα του πει αυτός που τον ρώτησε (για παράδειγμα να τραγουδήσει , να χορέψει κτλ.)

# ΜΑΜΑ ΜΠΟΡΩ;

ΕΝΑΣ ΠΑΙΚΤΗΣ ΕΙΝΑΙ Η «ΜΑΜΑ», ΚΑΙ ΤΑ ΥΠΟΛΟΙΠΑ ΠΑΙΔΙΑ ΚΑΘΟΝΤΑΙ ΣΕ ΑΠΟΣΤΑΣΗ 20 ΠΟΔΩΝ ΑΠΟ ΑΥΤΟΝ. Η «ΜΑΜΑ» ΔΙΝΕΙ ΤΙΣ ΕΝΤΟΛΕΣ.

Η «ΜΑΜΑ» ΜΠΟΡΕΙ ΝΑ ΔΩΣΕΙ ΕΝΤΟΛΕΣ ΟΠΩΣ «ΠΗΔΑ ΕΜΠΡΟΣ ΤΕΣΣΕΡΙΣ ΦΟΡΕΣ», ΣΕ ΕΝΑ ΣΥΓΚΕΚΡΙΜΕΝΟ ΠΑΙΔΙ. ΑΝ ΤΟ ΠΑΙΔΙ ΕΚΤΕΛΕΣΕΙ ΤΗΝ ΕΝΤΟΛΗ ΧΩΡΙΣ ΝΑ ΠΕΙ ΠΡΩΤΑ «ΜΑΜΑ, ΜΠΟΡΩ?», ΒΓΑΙΝΕΙ ΑΠΟ ΤΟ ΠΑΙΧΝΙΔΙ. ΑΥΤΟ ΣΥΝΕΧΙΖΕΤΑΙ, ΜΕΧΡΙ ΚΑΠΟΙΟΣ

ΠΑΙΚΤΗΣ ΝΑ ΦΤΑΣΕΙ ΤΗ «ΜΑΜΑ» ΚΑΙ ΝΑ ΠΑΡΕΙ ΤΗ ΘΕΣΗ ΤΗΣ.

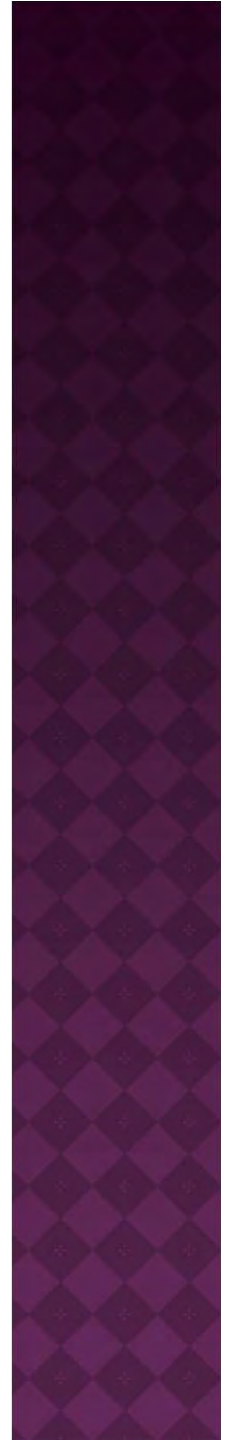




# ΠΟΙΟΣ ΞΕΚΙΝΗΣΕ ΤΗΝ ΚΙΝΗΣΗ

ΤΑ ΠΑΙΔΙΑ ΚΑΘΟΝΤΑΙ ΣΕ ΕΝΑ ΚΥΚΛΟ. ΕΝΑ ΠΑΙΔΙ ΦΕΥΓΕΙ ΑΠΟ ΤΗΝ ΠΕΡΙΟΧΗ ΚΑΙ ΘΑ ΕΙΝΑΙ ΑΥΤΟ ΠΟΥ ΜΑΝΤΕΥΕΙ. ΕΝΑ ΑΛΛΟ ΠΑΙΔΙ, ΣΤΕΚΕΤΑΙ ΣΤΗΝ ΠΟΡΤΑ ΣΑΝ ΦΡΟΥΡΟΣ ΚΑΙ ΘΑ ΠΕΙ Σ' ΑΥΤΟΝ ΠΟΥ ΜΑΝΤΕΥΕΙ ΠΟΤΕ ΝΑ ΕΠΙΣΤΡΕΨΕΙ. ΕΠΙΛΕΓΕΤΑΙ ΚΡΥΦΑ ΕΝΑΣ ΑΡΧΗΓΟΣ. Ο ΑΡΧΗΓΟΣ ΘΑ ΟΔΗΓΗΣΕΙ ΤΑ ΠΑΙΔΙΑ ΠΙΣΩ ΣΤΟΝ ΚΥΚΛΟ ΚΑΙ ΕΚΕΙΝΑ ΘΑ ΑΚΟΛΟΥΘΗΣΟΥΝ, ΧΩΡΙΣ ΝΑ ΚΟΙΤΑΝΕ ΑΠΕΥΘΕΙΑΣ Σ' ΑΥΤΟΝ. Ο ΑΡΧΗΓΟΣ, ΜΠΟΡΕΙ ΝΑ ΧΤΥΠΗΣΕΙ ΠΑΛΑΜΑΚΙΑ ΓΙΑ ΛΙΓΟ ΝΑ ΧΤΥΠΗΣΕΙ ΜΕ ΤΙΣ ΠΑΛΑΜΕΣ ΤΟΥ ΤΑ ΠΟΔΙΑ ΤΟΥ, ΝΑ ΧΤΥΠΗΣΕΙ ΤΑ ΔΑΧΤΥΛΑ ΤΟΥ, ΚΤΛ.

ΑΥΤΟΣ ΠΟΥ ΜΑΝΤΕΥΕΙ, ΕΡΧΕΤΑΙ, ΕΡΧΕΤΑΙ ΠΙΣΩ ΚΑΙ ΠΑΡΑΤΗΡΕΙ ΤΟΝ ΚΥΚΛΟ ΤΩΝ ΠΑΙΔΙΩΝ, ΠΡΟΣΠΑΘΩΝΤΑΣ ΝΑ ΚΑΘΟΡΙΣΕΙ ΠΟΙΟΣ ΕΙΝΑΙ Ο ΑΡΧΗΓΟΣ. Ο ΑΡΧΗΓΟΣ ΚΡΑΤΑΕΙ ΠΑΝΤΑ ΤΟΝ ΚΥΚΛΟ ΣΕ ΤΑΞΗ. ΑΥΤΟΣ ΠΟΥ ΜΑΝΤΕΥΕΙ, ΕΧΕΙ ΤΡΕΙΣ ΕΥΚΑΙΡΙΕΣ ΝΑ ΒΡΕΙ ΤΟΝ ΑΡΧΗΓΟ, ΠΡΙΝ ΕΚΕΙΝΟΣ ΣΗΚΩΘΕΙ ΟΡΘΙΟΣ.

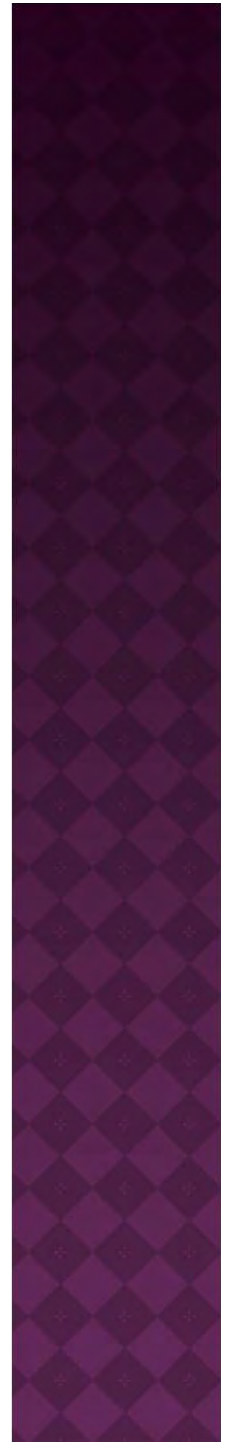


# ΤΑ ΕΘΙΜΑ ΤΗΣ ΑΜΕΡΙΚΗΣ

- ◉ Την Κυριακή του Πάσχα κάνουν αγώνες σπρώχνοντας αυγά με ένα κουτάλι.
- ◉ Μια παλιά παραδοσιακή γιορτή της Αμερικής είναι αυτή που ξεκίνησε από τα τέλη του 16<sup>ου</sup> αιώνα και ονομάζεται <<Ημέρα των Ευχαριστιών>>.
- ◉ Γιορτάζεται την τελευταία Πέμπτη του Νοέμβρη.
- ◉ Μαζεύονται όλοι με φίλους για να ευχαριστήσουν τον Θεό για τα αγαθά που τους έδωσε.

# ΗΜΕΡΑ ΤΩΝ ΝΕΚΡΩΝ

- ◉ Ένα άλλο έθιμο που γιορτάζεται 1 και 2 Νοεμβρίου είναι η ημέρα των «νεκρών».
- ◉ Η πρώτη ημέρα είναι αφιερωμένη στα παιδιά και η δεύτερη στους ενήλικες που έχασαν την ζωή τους.
- ◉ Στα σπίτια τους κάνουν βωμούς και πάνω τους αφήνουν τα αγαπημένα τους αντικείμενα.





# ΔΙΑΤΡΟΦΗ ΤΩΝ ΑΜΕΡΙΚΑΝΩΝ

Όσον αφορά την Αμερική, οι διατροφικές συνήθειες των Αμερικανών είναι ευρέως γνωστές. Μεγάλες ποσότητες πρόχειρου φαγητού, εμπλουτισμένες με πολλά λιπαρά και αμφιβόλου ποιότητας τρόφιμα ζωικής προέλευσης, είναι τα κύρια χαρακτηριστικά της αμερικανικής διατροφικής κουλτούρας. Ωστόσο, οι νότιες χώρες των Ηνωμένων Πολιτειών, όπως το Μεξικό, έχουν άλλη διατροφική νοοτροπία. Αυτή έγκειται σε μεγάλη ποικιλία τροφίμων, ζωικών, φυτικών, αμυλούχων και λαχανικών, με κύριο χαρακτηριστικό τα βότανα που προσδίδουν καυτερές ιδιότητες στα γεύματά τους. Η κουζίνα του Μεξικού έχει μια σημαντική επιρροή από τη Καραϊβική εξαιτίας της τοποθεσίας του. Το θαλασσινό φαγητό φτιάχνεται κυρίως σε πολιτείες που συνορεύουν με τον Ειρηνικό Ωκεανό ή τον κόλπο του Μεξικού. Επίσης, το μέλι είναι σημαντικό συστατικό σε πολλά μεξικάνικα πιάτα.

Στα χωριά οι Μεξικανοί τρώνε ιγκουάνα, κροταλία, ελάφι, ουρακοτάγκο, κατσαρίδα, αβγά μυρμηγκιών και άλλα είδη εντόμων.

# Η ΚΑΚΗ ΔΙΑΤΡΟΦΗ ΤΩΝ ΑΜΕΡΙΚΑΝΩΝ

Η πιθανότητα η τυπική αμερικανική διατροφή να οδηγεί σε υπερκατανάλωση τροφής και πρόσληψης θερμίδων, είναι μία νέα οπτική γωνία για την κατάσταση και μπορεί να εξηγήσει τους λόγους που οι περισσότεροι παχύσαρκοι δεν μπορούν εύκολα να χάσουν βάρος»

Τα λιπαρά πρόχειρα φαγητά (**junk food**) καταστρέφουν εγκεφαλικά κύτταρα που ελέγχουν το βάρος. Επιπλέον, δημιουργούν ένα φαύλο κύκλο παχυσαρκίας, καθώς προκαλούν εθισμό για αυξημένη ημερήσια πρόσληψη θερμίδων, ανακάλυψαν ειδικοί ενδοκρινολόγοι.

Στο πλαίσιο της μελέτης, ειδικοί τάισαν αρουραίους με τυπικά αμερικανικά γεύματα, πλούσια σε λιπαρά (τυριά, σως κ.λπ.) και με υψηλό γλυκαιμικό δείκτη (τηγανιτά) και βρήκαν ότι σε τρεις ημέρες τα ποντίκια κατανάλωναν διπλάσια ποσότητα θερμίδων.



**ΕΡΓΑΣΙΑ ΣΤΗΝ ΕΥΕΛΙΚΤΗ ΖΩΝΗ(2):  
ΤΑΞΙΔΕΥΟΥΜΕ ΣΤΙΣ ΠΕΝΤΕ ΗΠΕΙΡΟΥΣ  
ΠΑΙΖΟΝΤΑΣ ΕΚΕΙ ΜΕ ΦΙΛΟΥΣ**

# ΑΣΙΑ

Ιωάννα Τουμανίδου  
Δημήτρης Τουμανίδης  
Εριάνα Καραμανίδου  
Χρήστος Λουκάς

Ομάδα 2<sup>η</sup>



# ΖΩΓΡΑΦΙΣΑΜΕ ΤΟ ΧΑΡΤΗ ΤΗΣ ΑΣΙΑΤΙΚΗΣ ΗΠΕΙΡΟΥ









Η **Ασία** είναι η μεγαλύτερη από τις έξι ηπείρους της Γης. Καταλαμβάνει έκταση 43,82 εκατομμύρια τετραγωνικά χιλιόμετρα, δηλαδή καταλαμβάνει περίπου το 8,7% της συνολικής επιφάνειας του πλανήτη και το 30% της στεριάς. Είναι επίσης η ήπειρος με τους περισσότερους κατοίκους, με πληθυσμό περίπου το 60% του παγκόσμιου πληθυσμού (σύμφωνα με την μέση εκτίμηση πληθυσμού των Ηνωμένων Εθνών για το 2017 ο πληθυσμός της εκτιμάται σε 4.478.315.000 κατοίκους.<sup>[2]</sup>). Στα δυτικά είναι ενωμένη με την ευρωπαϊκή χερσόνησο. Τα φυσικά σύνορα με την Ευρώπη είναι τα Ουράλια όρη, η Κασπία θάλασσα, ο Καύκασος, η Μαύρη θάλασσα και ο Ελλάσποντος. Από την Αφρική η Ασία χωρίζεται με τη διώρυγα του Σουέζ και την Ερυθρά θάλασσα. Στα νότια βρέχεται από τον Ινδικό ωκεανό, στα ανατολικά από τον Ειρηνικό ωκεανό, ενώ ο Βερίγγειος πορθμός τη χωρίζει από την Αμερικανική ήπειρο και συγκεκριμένα από την Αλάσκα. Στα βόρεια βρέχεται από τον Αρκτικό ωκεανό.



# ΓΕΩΓΡΑΦΙΑ

Η Ασία είναι η ήπειρος με τα περισσότερα νησιά και τις περισσότερες χερσονήσους. Συγκεκριμένα, από τη συνολική επιφάνεια της Ασίας, τα 2.000.000 τετραγωνικά χιλιόμετρα καταλαμβάνουν τα νησιά, ενώ οι χερσόνησοι καταλαμβάνουν έκταση μεγαλύτερη από οκτώ εκατομμύρια τετραγωνικά χιλιόμετρα. Στην μεγάλη ασιατική ήπειρο κυριαρχούν τα υψίπεδα που καταλαμβάνουν τα 75% περίπου της επιφάνειάς της. Οι μεγαλύτερες και ψηλότερες εδαφικές εξάρσεις συνθέτουν δύο ζώνες, μία που προχωρά κατά μήκος του [γεωγραφικού πλάτους](#) και η άλλη που αρχίζει από τα ΝΔ και προχωρά προς τα ΒΑ. Η πρώτη ζώνη αποτελείται από δύο λωρίδες οροσειρών, τη βόρεια και τη νότια. Στις κυριότερες οροσειρές της βόρειας ζώνης ανήκουν εκείνες του [Πόντου](#), του [Ελμπρούς](#), της Τουρκαρμενίας Χαρασάν, του [Ινδοκούς](#) (*Hindu Kush*) οροσειρά του [Αφγανιστάν](#) που εκτείνεται ΝΔ επί 800 χιλιόμετρα, του Κουέν-Λουν (Κούνλουν) και του Νανσάν. Οι κυριότερες οροσειρές της νότιας λωρίδας είναι: Ταύρος, Ζαγρός (Πατόκ), Μεκράν, όρη Σουλειμάν, Καρακορούμ (Kara Kum), [Ιμαλαία](#), Υπεριμαλαία και τέλος τα όρη του Αρακάν.

Οι βόρειες και οι νότιες οροσειρές πλησιάζουν μεταξύ τους και σχηματίζουν διάφορα οροπέδια, όπως της Αρμενίας, του Πακιστάν και το ανατολικό τμήμα του Θιβέτ. Το ύψος των οροπεδίων της Αρμενίας και του Πακιστάν ξεπερνά τα 3.000 μέτρα, ενώ στο οροπέδιο του Θιβέτ μερικά φτάνουν και τα 6.000 - 7.000 μέτρα.

Στο κέντρο της κατά πλάτος ζώνης βρίσκονται και οι ψηλότερες βουνοκορφές της Ασίας αλλά και ολόκληρης της Γης. Πρόκειται για την κορυφή Τσομολούγκμα των Ιμαλαΐων με 8.848 μέτρα και η Τσονγκόρη του Καρακορούμ που έχει ύψος 8.611 μέτρα. Η κορυφή Τσομολούγκμα είναι γνωστή σαν κορυφή του Έβερεστ.

Εκτός όμως από τις δύο αυτές κορυφές υπάρχουν και πολλές άλλες που ξεπερνούν τα 8.000 μέτρα ύψος. Η διαγώνια ζώνη υψωμάτων αποτελείται από πάρα πολλές οροσειρές και οροπέδια. Σαν τα κυριότερα θα μπορούσαμε να αναφέρουμε τα παρακάτω: τα βουνά [Τιεν Σαν](#), [Αλτάι](#) και [Σαγιάν](#), οι οροσειρές στις δύο πλευρές της Βαϊκάλης η οροσειρά Στανοβόι, τα οροπέδια του Οχότσκ - Κολυμά του Αναντύρ, καθώς και πολλές άλλες. Οι κορυφές αυτές χαμηλώνουν σταδιακά από τα ΝΔ προς τα ΒΔ, και συγκεκριμένα από την κορυφή Νίκη του Τιαν - Σαν, που έχει ύψος πάνω από 7.000 μέτρα, φτάνοντας μέχρι τα 2.000 μέτρα και λιγότερο ακόμα στην οροσειρά του Τσέρσκοβο.

Σύμφωνα με τους γεωλόγους, τα βουνά που βρίσκονται στην κεντρική Ασία δημιουργήθηκαν από την πίεση που προκαλούν με την αντίθετη κίνηση που κάνουν το νότιο και το βόρειο τμήμα της Ασίας. Το νότιο τμήμα κινείται προς τα βόρεια, ενώ το βόρειο μένει σχεδόν σταθερό ή κινείται ελάχιστα προς τα νότια. Η υπόθεση αυτή επαληθεύτηκε τα τελευταία χρόνια, όταν οι επιστήμονες μπόρεσαν να κάνουν ακριβείς μετρήσεις με τη βοήθεια των τεχνητών δορυφόρων. Οι μετρήσεις απέδειξαν ότι η χερσόνησος της [Ινδίας](#) μετακινείται κάθε χρόνο μερικά εκατοστά προς τα βόρεια και ωθείται κάτω από τον [όγκο των Ιμαλαΐων](#), με αποτέλεσμα τα βουνά αυτά κάθε χρόνο να ανυψώνονται μερικά εκατοστά.



# ΚΛΙΜΑΤΟΛΟΓΙΚΕΣ ΣΥΝΘΗΚΕΣ

Ανάλογα με το κλίμα και τη μορφολογία του εδάφους εξαρτώνται και οι βροχές που πέφτουν σε ένα τόπο. Οι βροχές επίσης εξαρτώνται και από την κατεύθυνση που έχει ο αέρας το μεγαλύτερο διάστημα του χρόνου. Οι περισσότερες βροχές πέφτουν στη νότια πλευρά των Ιμαλαΐων, όπου έχει σημειωθεί και το παγκόσμιο ρεκόρ βροχοπτώσεων. Το ρεκόρ αυτό σημειώθηκε στην περιοχή Τσαραπουντζι και ήταν 12.000 χιλιοστά, δηλαδή 12 μέτρα. Στα βόρεια μέρη της Σιβηρίας, καθώς και στο εσωτερικό της περιοχής αυτής το σύνολο των βροχών δεν ξεπερνά τα 300 χιλιοστά, ενώ στην ανατολική και νότια πλευρά της ηπείρου πέφτουν κατά μέσο όρο 2.000 - 3.000 χιλιοστά βροχές το χρόνο. Υπάρχουν, όμως, και περιοχές, όπου δεν σημειώνονται βροχές για μερικά χρόνια.

Ο μεγαλύτερος όγκος της Ασίας βρίσκεται στο βόρειο ημισφαίριο της Γης και αρχίζει από τον ισημερινό και τελειώνει σχεδόν στο βόρειο πόλο. Αυτό έχει ως αποτέλεσμα να υπάρχουν στην Ασία όλων των ειδών τα κλίματα. Η Ασία είναι δυνατό να χωριστεί σε τέσσερις διακριτές ζώνες: στην αρκτική, στην εύκρατη, στην τροπική και στην ισημερινή. Στη Σιβηρία, που ανήκει στην αρκτική ζώνη, η μέση θερμοκρασία το Γενάρη είναι 20 °C κάτω από το μηδέν, ενώ στην τροπική ζώνη 20-25 °C πάνω από το μηδέν. Στη Σιβηρία βρίσκεται ένα από πιο ψυχρά μέρη της Γης, όπου έχει σημειωθεί θερμοκρασία -67.7 °C (Το πιο κρύο μέρος της Γης είναι η Ανταρκτική που θερμοκρασία έχει πέσει στους -89,2 °C) ενώ η υψηλότερη που σημειώθηκε ποτέ στην ήπειρο είναι +55 °C στην Σαουδική Αραβία (με εξαίρεση την έρημο Γκόμπι που καθημερινά φτάνει πάνω από +58 °C).



# ΦΥΛΕΣ ΚΑΙ ΑΝΘΡΩΠΟΙ ΤΗΣ ΑΣΙΑΣ

Στην Ασία η παρουσία του ανθρώπου αρχίζει από πολύ παλιά από την εποχή ακόμη του **Πλειστόκαινου**. Τα λείψανα του Πιθηκάνθρωπου της Ιάβας και του Ανθρώπου του Πεκίνου είναι τα αρχαιότερα υποανθρώπινα και ανθρώπινα υπολείμματα που βρέθηκαν μέχρι σήμερα πάνω στην υδρόγειο. Μετά την περίοδο των παγετώνων εμφανίζεται στην Ασία μια φυλή αντίστοιχη με τη φυλή του Νεάντερταλ, που όμως εξαφανίστηκε και έδωσε τη θέση της σε άλλες φυλές πιο εξελιγμένες, που κατοικούν μέχρι και σήμερα. Οι φυλές αυτές διαιρούνται σε δυο μεγάλες ομάδες: την ευρωπίδα (άσπρη φυλή) και την μογγολίδα (κίτρινη φυλή) που κατοικούν στις βόρειες περιοχές της ηπείρου ενώ στα νότια κατοικούν φυλές που έχουν πιο σκούρο χρώμα, ιδιαίτερα στην περιοχή των Ινδιών και στην Σρι Λάνκα (Κεϋλάνη). Στην περιοχή, όμως των Φιλιππίνων και στη Μαλαισία ζει η νέγκρικη φυλή.

Ο πληθυσμός στην Ασία δεν είναι κατανεμημένος το ίδιο σε όλη την ήπειρο. Υπάρχουν περιοχές που είναι τελείως ακατοίκητες, όπως συμβαίνει σε πολλές περιοχές της Σιβηρίας και της κεντρικής Ασίας, καθώς επίσης και στην Αραβική χερσόνησο. Υπάρχουν τεράστιες περιοχές που η πυκνότητα των κατοίκων είναι μόλις ένας σε ένα τετραγωνικό χιλιόμετρο. Υπάρχουν όμως και περιοχές πάρα πολύ πυκνοκατοικημένες, ιδιαίτερα στις Ινδίες, την Κίνα, την Ιαπωνία και την Ινδονησία, που η πυκνότητα των κατοίκων είναι πάνω από 150 σε κάθε τετραγωνικό χιλιόμετρο. Στις χώρες αυτές υπάρχουν πολλές περιοχές καθαρά γεωργικές, όπου η πυκνότητα των κατοίκων υπερβαίνει τους 1.000 σε κάθε τετραγωνικό χιλιόμετρο. Η άνιση αυτή κατανομή του πληθυσμού δημιουργεί πάρα πολλά κοινωνικά προβλήματα, αλλά και προβλήματα διατροφής, υγείας κλπ.



## ΓΛΩΣΣΕΣ ΚΑΙ ΘΡΗΣΚΙΕΣ

- Στην Ασία υπάρχει ένα τεράστιο μωσαϊκό από φυλές, με ένα ακόμη μεγαλύτερο μωσαϊκό από γλώσσες. Συναντώνται όλα τα θρησκευτικά δόγματα που υπάρχουν. Τα βασικότερα θρησκευτικά - φιλοσοφικά ρεύματα στην Ασία είναι ο βουδισμός, ο ισλαμισμός, ο βραχμανισμός, ο ιουδαιϊσμός, ο ζωροαστρισμός, ο ινδουισμός, ο κομφουκιανισμός, ο σιντοϊσμός, ο ταϊϊσμός και ο χριστιανισμός. Καθένα από τα παραπάνω θρησκευτικοφιλοσοφικά ρεύματα έχει μερικές δεκάδες ή και εκατοντάδες μικρότερες αιρέσεις.



# ΙΣΤΟΡΙΑ

Τα αρχαιολογικά ευρήματα αποδεικνύουν ότι η Ασία κατοικείται για χιλιάδες χρόνια και ότι έχει φιλοξενήσει αξιόλογους πληθυσμούς στο έδαφός της. Οι πρώτοι ιστορικοί πολιτισμοί τοποθετούνται σε μια εποχή τρεις χιλιάδες χρόνια πριν από τη γέννηση του Χριστού. Τρία βασικά κέντρα πολιτισμού υπήρχαν στην Ασία. Το πρώτο κέντρο ήταν στην περιοχή της σημερινής Μεσοποταμίας και τοποθετείται χρονολογικά περίπου το 3.000 π.Χ. Στην περιοχή αυτή τους πρώτους πολιτισμούς τους δημιούργησαν οι Σουμέριοι. Την ίδια περίπου εποχή αναπτύσσεται ένας άλλος πολιτισμός στο δεύτερο κέντρο, στην περιοχή των σημερινών Ινδιών. Επίσης, την ίδια εποχή στην **Kiva**, που θεωρείται το τρίτο κέντρο πολιτισμού της Ασίας, δημιουργείται η πρώτη κρατική κινέζικη οργάνωση με τη δυναστεία των Σιαγκ - Γιν.

Το κεντρικό τμήμα της Ασίας υπήρξε κατά πάσα πιθανότητα ο τόπος προέλευσης της Αρίας φυλής της οποίας ένα μέρος της έφτασε στο Γάγγη ποταμό και δημιούργησε το βεδικό πολιτισμό, ενώ ένα άλλο μέρος έφτασε στην Ευρώπη. Ανάμεσα στους λαούς αυτούς που έφτασαν στην Ευρώπη είναι και οι **Έλληνες**. Στη συνέχεια, αξιόλογο πολιτισμό δημιούργησαν οι **Άραβες**, ενώ αργότερα οι Μογγόλοι με αρχηγό τον Τζένγκις Χαν δημιούργησαν τη μεγάλη Μογγολική αυτοκρατορία.



# ΠΟΛΕΙΣ ΤΗΣ ΑΣΙΑΣ

Μερικές από τις μεγαλύτερες πόλεις:

Τόκιο  
Σεούλ  
Μουμπάι  
Ντάκα  
Δελχί  
Καράτσι  
Γζακάρτα  
Οσάκα  
Σαγκάη  
Μανίλα  
Χονγκ Κονγκ  
Τεχεράνη  
Τοιταγκόνγκ  
Ντόχα  
Πεκίνο  
Ριάντ  
Κουανγκτσόου  
Ταϊπέι  
Μπανγκόκ  
Σιγκαπούρη  
Κουάλα Λουμπούρ  
Χο Τσι Μιν  
Ντουμπάι





# ΗΘΗ ΚΑΙ ΕΘΙΜΑ

- Ως **Νορούζ** δηλαδή νέα ημέρα, εννοείται γιορτή της άνοιξης, γνωστή στο **Ιράν**, το **Κουρδιστάν** και το **Αφγανιστάν**. Μεταφορικά η καινούργια μέρα συμπίπτει με την καινούργια ζωή – «πρώτη μέρα της άνοιξης και της αναγέννησης της φύσης». Αυτή την μέρα αν γύριζε πίσω ο χρόνος και εάν μελετήσουμε την προέλευση της είναι πέρα από κάθε άλλο **πολιτισμό**. Η μέτρηση, ή η ακριβή χρονολογία της και η απόσταση αναπνοής από την φύση και την **άνοιξη**, που είναι η αναγέννηση της είναι πολύ ακριβής. Και η ζωή του Νορούζ είναι πέρα από κάθε πολιτισμό των ανθρώπων μέχρι τώρα, είναι τα παλιότερα ήθη και έθιμα που έχουν επιβιώσει ως τις μέρες μας παρ' όλες τις ανωμαλίες και τις μεταβολές που υπάρχουν στην ανθρώπινη ζωή. Οι μεταβολές κοινωνικά, πολιτικά και θρησκευτικά δεν έχουν ξεπεραστεί αλλά το Νορούζ τις νίκησε και λάμπει ως τις μέρες μας φανερά πιο δυνατά ακριβώς όπως την πρώτη φορά την ίδια μέρα και ώρα σε κάθε κατάσταση μας καλωσορίζει, μας υποδέχεται, μας ξυπνάει και μας φανερώνεται λέγοντας «Αυτή είναι η μαγεία της φύσης και η ομορφιά της ζωής». Στο **Αφγανιστάν** πιο παλιότερα από όλους γιόρταζαν τον Νορούζ πριν από 3000 χρόνια στο τόπο που σήμερα το λένε ΑΦΓΑΝΙΣΤΑΝ. Οι άνθρωποι πριν 3000 χρόνια έτσι γιόρταζαν τον Νορούζ, την πρώτη μέρα της άνοιξης που την λένε «χαμάλ», σύμφωνα με τις πηγές το Νορούζ είναι η παλιότερη γιορτή. Ως η πιο διαχρονική γιορτή παίζει μεγάλο ρόλο στην καθημερινή ζωή των Αφγανών και όλων των λαών που το γιορτάζουν, δίνει αυτούς λαούς πιο πολύ και τους φέρνει κοντά στο μήνυμα που φέρνει η άνοιξη. Η αναγέννηση της φύσης μας δίνει ζωή, αγάπη και ειρήνη με όλους τους ανθρώπου, με την φύση και εφοδιάζει όλη την ανθρωπότητα με αλληλεγγύη, ειρήνη και χαρά προς όλους τους άλλους.
- **Κινεζική Πρωτοχρονιά**

η Κινέζικη Πρωτοχρονιά δεν συμπίπτει την 1η Ιανουαρίου αλλά γιορτάζεται σε διαφορετικές ημερομηνίες κάθε χρόνο, αφού βασίζεται ακόμη και σήμερα στο αρχαίο κινεζικό ημερολόγιο που έχει τις ρίζες του βαθιά στο παρελθόν όταν, σύμφωνα με την παράδοση, το ημερολόγιο αυτό επινοήθηκε και εγκαθιδρύθηκε από τον Κινέζο αυτοκράτορα Χουανγκντί το 2637 π. Χ.. Όπως και πολλά άλλα ημερολόγια του κόσμου το Κινέζικο είναι κι αυτό ένας συνδυασμός **ηλιακού** και **σεληνιακού ημερολογίου** και βασίζεται μερικώς τουλάχιστον στις φάσεις της **Σελήνης**, ένα μηνιαίο φαινόμενο που είναι εμφανές σε όλους. Σύμφωνα με το ημερολόγιο αυτό ένα κανονικό έτος έχει 12 σεληνιακούς μήνες, ενώ ένα **δισεκτο έτος** έχει 13 σεληνιακούς μήνες. Σε ημέρες το κανονικό έτος διαρκεί από 353 έως 355 ημέρες, ενώ ένα δισεκτο έτος διαρκεί από 383 έως 385 ημέρες. Με αυτά ως βάση στο κινεζικό ημερολόγιο η Πρωτοχρονιά γιορτάζεται σε διαφορετικές ημερομηνίες που επαναλαμβάνονται σε μια περίοδο 60 ετών, ενώ κάθε έτος παίρνει την ονομασία ενός ζώου. Έτσι η Πρωτοχρονιά στη διάρκεια του 2005 γιορτάστηκε στις 9 Φεβρουαρίου (έτος 4703 ή έτος του πετεινού), ενώ το 2006 γιορτάστηκε στις 29 Ιανουαρίου (έτος 4704 ή έτος του σκύλου) κ.ο.κ.
- **Ιαπωνική Πρωτοχρονιά**

Στην **Ιαπωνία** γιορταζόταν ανέκαθεν η φύση, όπως για παράδειγμα, η ημερομηνία άνθισης των κερασιών. Το ημερολόγιό τους ήταν παρόμοιο με το Κινεζικό και χωριζόταν σε 24 δεκαπενθήμερες περιόδους και ήταν συνδεδεμένο με τις αγροτικές τους εργασίες. Από το 1873 όμως η Ιαπωνία εισήγαγε το Γρηγοριανό ημερολόγιο με διαφορετική όμως χρονολόγηση που συνεχίζεται από το 660 π. Χ.



# ΑΣΙΑ

## ΦΑΓΗΤΑ

- **Πασλαμάς**
- **Balut**  
Πρόκειται για μελάτο έμβρυο πάπιας.
- Σνακ από σφηγκες
- **Shirako**  
Ιαπωνικό φαγητό(σαν χαβιαρι)
- **Shiokara**, Ιαπωνία  
σουπα από σπλαχνα ψαριων
- **Ikizukuri**, Ιαπωνία  
φιλεταρισμενο ζωντανο ψαρι
- **Sannakji**, Κορέα  
πιατο με ωμο χταποδι

## ΠΟΤΑ

- **Κρασί φιδιού** – Νοτιοανατολική Ασία
- **Kopi luwak** καφες μοσχαριου  
Κοκκοι καφε που εχουν περασει από το πεπτικο συστημα του μοσχαριου
- **Lassi**  
Ινδια και το Πακισταν, φτιάχνηται από αραιωμένο γιαούρτι, στο οποίο προστίθενται κομματάκια φρούτων
- **Yakult** αποβουτυρωμένο γάλα
- **Cendol**  
ποτο από γάλα καρύδας και ειδικό αλεύρι φτιαγμένο από ρύζι, το οποίο έχει ζελοειδή μορφή.
- **Raksi**  
Πρόκειται για απόσταγμα από κεχρί ή ρύζι, στο οποίο προστίθενται γεύσεις από διάφορους χυμούς φρούτων (πιο διαδεδομένο το μούρο)
- **Sake** παραδοσιακό ποτό της Ιαπωνίας  
Πρόκειται για απόσταγμα ρυζιού, το οποίο περιέχει κατά μέσο όρο 9% ως 16% αλκοόλ
- **Τσαι**



## *ΠΑΙΧΝΙΔΙΑ*

- ❖ Γκο (σκάκι περικύκλωσης)
- ❖ Tzu tsu (ποδόσφαιρο)
- ❖ Γόρδιος δεσμός
- ❖ Γαϊτανάκι
- ❖ Ταγκράμ



# ΣΠΕΡΝΩ – ΘΕΡΙΖΩ ΦΑΣΟΛΙΑ

- Προέλευση : Χονγκ Κονγκ
- Αριθμός συμμετεχόντων :8-20
- Ηλικία 6+
- Βαθμός κινητικής δεξιότητας: μέσος
- επίπεδο συναγωνισμού: χαμηλό
- Τόπος: οποιαδήποτε μεγάλη περιοχή
- Εξοπλισμός: 10 φασόλια (μάρκες), κιμωλία, σφυρίχτρα

ΣΧΗΜΑ 1



- Παρουσίαση παιχνιδιού:

σχηματίστε 2 ισάριθμες ομάδες. Το 1<sup>ο</sup> παιδί κάθε ομάδας έχει 5 φασόλια. Σχεδιάστε 5 μικρούς κύκλους σε απόσταση 6 μέτρων από κάθε σειρά παιχτών. (ΣΧΗΜΑ 1)

Τοποθετήστε τα φασόλια μπροστά στα πόδια των πρώτων παιχτών σε κάθε σειρά. Με το σφύριγμα, το παιδί παίρνει ένα φασόλι, τρέχει προς τους κύκλους και το τοποθετεί σε έναν από αυτούς. Μετά επιστρέφει στη γραμμή του, παίρνει άλλο φασόλι και ξανατρέχει προς τους κύκλους. Ο ίδιος παίκτης συνεχίζει να τρέχει μέχρι να σπείρει τα 5 φασόλια, 1 σε κάθε κύκλο. Ο επόμενος παίκτης «θερίζει» εα φασόλι κάθε φορά. Η ίδια διαδικασία συνεχίζεται μέχρι να ολοκληρώσει μια ομάδα, δηλαδή όλοι οι παίχτες να έχουν σπείρει ή θερίσει. Όποια ομάδα το καταφέρει είναι η νικήτρια.



## Ο ΓΟΡΔΙΟΣ ΔΕΣΜΟΣ

ΠΡΟΕΛΕΥΣΗ: Φιλλιπίνες

Στην αρχή σχηματίζουμε ένα μεγάλο κύκλο, χωρίς να αγγίζουμε ο ένας τον άλλον. Μετά κλίνουμε τα μάτια και προχωράμε σιγά σιγά με τα χέρια σε έκταση προς το κέντρο του κύκλου. Όταν ένας παίχτης αγγίζει το χέρι ενός άλλου, τότε το κρατάει σφικτά, και μαζί

ψάχνουν να βρουν τα άλλα παιδιά, χωρίς να αφήσουν τα χέρια. Όταν όμως ανοίξουμε τα μάτια βλέπουμε με έκπληξη ότι τα χέρια μας έχουν μπερδευτεί σε έναν τεράστιο κόμπο.







**ΤΕΛΟΣ**  
Σας ευχαριστούμε

ΕΡΓΑΣΙΑ ΣΤΗΝ ΕΥΕΛΙΚΤΗ ΖΩΝΗ (3):

ΤΑΞΙΔΕΥΟΥΜΕ ΣΤΙΣ ΠΕΝΤΕ ΗΠΕΙΡΟΥΣ ΠΑΙΖΟΝΤΑΣ  
ΕΚΕΙ ΜΕ ΦΙΛΟΥΣ

# ***ΑΦΡΙΚΗ***

*ΧΡΗΣΤΟΣ ΓΚΟΤΣΙΔΗΣ*

*ΣΜΑΡΑΓΔΑ ΔΑΣΤΕΡΙΔΟΥ*

*ΚΩΣΤΑΝΤΙΝΑ ΠΟΛΥΜΕΝΗ*

*ΔΗΜΟΣ ΠΟΝΤΙΚΑΣ*

Ομάδα 3<sup>η</sup>

# ΖΩΓΡΑΦΙΣΑΜΕ ΤΟ ΧΑΡΤΗ ΤΗΣ ΑΦΡΙΚΑΝΙΚΗΣ ΗΠΕΙΡΟΥ







# ΤΑ ΔΗΜΟΦΙΛΕΣΤΕΡΑ ΑΘΛΗΜΑΤΑ ΣΤΗΝ ΑΦΡΙΚΉ

1. Ποδόσφαιρο
2. Στίβος
3. Ράγκμπι



# Το ποδόσφαιρο στην Αφρική

- ▣ Το δημοφιλέστερο άθλημα στην Αφρική είναι σίγουρα το ποδόσφαιρο. Σχεδόν σε κάθε γειτονιά της Αφρικής παίζεται ποδόσφαιρο. Παρόλα αυτά σε παγκόσμιο επίπεδο δεν υπάρχει κάποια σπουδαία διάκριση. Την τελευταία εικοσαετία και ειδικότερα την περασμένη δεκαετία έγινε η μεγάλη ποδοσφαιρική έκρηξη στην ήπειρο της Αφρικής. Ποδοσφαιριστές από αφρικανικές χώρες με πλούσιο ταλέντο πήραν μεταγραφή για ευρωπαϊκούς συλλόγους και έλαμψαν με την παρουσία τους στο παγκόσμιο στερέωμα. Δεν είναι τυχαίο ότι μεγάλοι παίκτες κατάγονται από την Αφρική όπως ο Ντιντιέ Ντρογκμπά και ο Σάμιουελ Ετό.



# Ο στίβος στην Αφρική

- ▣ Ανέκαθεν η Αφρική είχε παράδοση στα αγωνίσματα τρεξίματος και κυρίως μεσαίων και μικρών αποστάσεων. Ιδιαίτερα από την Κένυα και την Αιθιοπία κατάγονται μεγάλοι αθλητές, όπως ο Χαϊλέ Γκεμπρεσελασιέ (Αιθίοπας), Κενενίσα Μπεκέλε (Αιθίοπας), Ο Γουίλσον Κίπκετερ (Κενυάτης). Βεβαία τα τελευταία χρόνια έχουν αναπτυχθεί και τα υπόλοιπα αθλήματα στον στίβο. Για παράδειγμα ο Τζούλιους Γιέγκο έφτασε στην κορυφή του κόσμου κατακτώντας το χρυσό μετάλλιο στον ακοντισμό.





# Το ράγκμπι στην Αφρική

- ▣ Η Αφρική έχει παράδοση και στο ράγκμπι. Για πρώτη φορά το 1995 η νότιος Αφρική κατέκτησε το παγκόσμιο κύπελλο. Αυτό είχε και ένα ιδιαίτερο μήνυμα, καθώς εκείνη την εποχή στην Αφρική υπήρχε το απαρτχάιντ. Επίσης κατέκτησε ξανά την πρώτη θέση το 2007 και την Τρίτη το 1999 και το 2015. Βέβαια το ράγκμπι είναι ένα άθλημα κυρίως για τις πιο οικονομικά ανεπτυγμένες χώρες (νότιος Αφρική).





# ΠΑΙΧΝΙΔΙΑ ΤΩΝ ΠΑΙΔΙΩΝ ΣΤΗΝ ΑΦΡΙΚΗ



ΦΟΡΤΗΓΟ - ΠΑΙΧΝΙΔΙ ΑΠΟ ΥΛΙΚΑ ΑΝΑΚΥΚΛΩΣΗΣ

Μπορεί τα περισσότερα παιδιά της Αφρικής να στερούνται βασικά πράγματα, όμως το παιχνίδι δεν γίνεται να λείπει από τη ζωή τους! Με οδηγό την αχαλίνωτη παιδική φαντασία και υλικά αντικείμενα που βρίσκουν στα σκουπίδια, δημιουργούν τα δικά τους παιχνίδια...



# Αυτοκίνητα



Μαζεύουν με χαρά τα πεταμένα πλαστικά μπουκάλια απορρυπαντικών και φτιάχνουν οχήματα. Μικρά αυτοκίνητα που σέρνουν με σχοινιά που βρίσκουν πεταμένα στον δρόμο.

# Οχήματα



- ❑ Μπορεί να τους λείπουν βασικά πράγματα για να ζήσουν αλλά φτιάχνουν τηλεκατευθυνόμενα οχήματα με σχοινιά. Η ανάγκη είναι μεγάλη κινητήριος δύναμη. Σε κάνει να επινοήσεις απ' την αρχή τα πράγματα.
- ❑ Τα παιδιά στην Αφρική παίρνουν κομμάτια ξύλου και φτιάχνουν φορτηγά. Ταξιδεύουν μαζί τους στην χώρα της φαντασίας και των παραμυθιών. Η απόλυτη έκφραση της αγάπης για την ζωή και της δημιουργικότητας.



# Ποδήλατα



- ▣ Μετατρέπουν τις παλιές μεταλλικές συσκευασίες αναψυκτικών σε μοτοσυκλέτες και ποδήλατα. Οδηγός τους η πίστη για την ζωή...



# Τρακτέρ



- ▣ Τα παιδιά στην Αφρική παίρνουν σύρματα και φτιάχνουν τρακτέρ. Ονειρεύονται μια μέρα να καλλιεργήσουν τα χωράφια τους. Και να τους δώσουν καρπούς κι ευτυχία. Αλλά αυτήν την έχουν μέσα τους γιατί είναι παιδιά. Κι έχουν αγάπη για την ζωή.

# Αυτοκίνητα



- ▣ Τα παιδιά αυτά δεν έχουν παπούτσια να φορέσουν αλλά ταξιδεύουν με την φαντασία τους στην χαρά. Σκέφτομαι πόσα παιχνίδια έχουμε στις ντουλάπες μας, στις αποθήκες μας...παντού κρυμμένα. Και πόσα δεν παίζουμε γιατί τα βαρεθήκαμε...και ντρέπομαι.

# ΣΤΑΘΜΟΙ ΤΡΕΝΟΥ

- ▣ ΠΡΟΕΛΕΥΣΗ: ΚΕΥΛΑΝΗ- Παραδοσιακό παιχνίδι
- ▣ ΠΑΡΟΥΣΙΑΣΗ ΠΑΙΧΝΙΔΙΟΥ: Οι παίκτες κάθονται περιμετρικά και ένα παιδί, ο αρχηγός, βρίσκεται στο κέντρο του κύκλου. Κάθε μαθητής επιλέγει το όνομα ενός σταθμού. Ο αρχηγός λέει << το τρένο κινείται από το σταθμό..... προς το σταθμό.....>>. Τα παιδιά στα οποία αντιστοιχούν οι σταθμοί αναπηδούν, τρέχουν και αλλάζουν θέσεις στον κύκλο. Ταυτόχρονα, ο αρχηγός προσπαθεί να καταλάβει μία από τις κενές θέσεις αν τα καταφέρει, ο παίχτης που έχει μείνει χωρίς θέση γίνεται αρχηγός. Αν ο αρχηγός πει << όλα τα τρένα είναι εξπρές>>, όλοι οι παίκτες θα πρέπει να αλλάξουν θέσεις.



# Μεγάλο φίδι

- ▣ ΠΡΟΕΛΕΥΣΗ: ΓΚΑΝΑ- Παραδοσιακό παιχνίδι
- ▣ ΠΑΡΟΥΣΙΑΣΗ ΠΑΙΧΝΙΔΙΟΥ: Ένας παίκτης που θα επιλεγεί να είναι το φίδι και πηγαίνει στο σπίτι του, το οποίο είναι ένας χώρος περίπου δέκα τετραγωνικά πόδια.

Σκοπός του παιχνιδιού είναι το φίδι να πιάσει τους άλλους παίκτες. Όταν ένας παίκτης έχει πιαστεί, αυτός πρέπει να ενταχθεί τα χέρια με το φίδι και οι δύο συνεχίζουν την καταδίωξη, έτσι το φίδι μεγαλώνει σταδιακά περισσότερο. Μόνο οι παίκτες σε κάθε άκρο του φιδιού μπορεί να είναι δρομέας. Ο παίκτης πρώτος που επιλέχθηκε να είναι το φίδι λαμβάνει αποφάσεις ποιόν πρέπει να κυνηγήσουν .

Σε περίπτωση που σπάσει το φίδι, επειδή οι παίκτες έχουν αφήσει τα χέρια τους, πρέπει το φίδι να γυρίσει στο σπίτι. Μετά αρχίζει το κυνηγητό εκ νέου. Το παιχνίδι τελειώνει όταν πιάνονται όλοι οι παίκτες.

# Αυτό είναι να είσαι παιδί...



- ▣ Να είσαι ευτυχισμένος με τα πιο μικρά και ασήμαντα πράγματα στον κόσμο....



ΕΡΓΑΣΙΑ ΣΤΗΝ ΕΥΕΛΙΚΤΗ ΖΩΝΗ (4):  
**ΤΑΞΙΔΕΥΟΥΜΕ ΣΤΙΣ ΠΕΝΤΕ ΗΠΕΙΡΟΥΣ  
ΠΑΙΖΟΝΤΑΣ ΕΚΕΙ ΜΕ ΦΙΛΟΥΣ**

**ΕΥΡΩΠΗ**

**ΣΙΔΕΡΙΔΟΥ ΕΥΑΓΓΕΛΙΑ**

**ΒΟΥΛΚΙΔΟΥ ΒΑΣΙΛΙΚΗ**

**ΧΟΥΜΠΕΝΟΦ ΝΕΒΙΝ**

**ΣΤΑΜΟΣ ΣΤΡΑΤΟΣ**

**ΡΟΥΣΤΕΜΙ ΦΑΜΠΙΑΝ**

**Ομάδα 4<sup>η</sup>**

# Εργασία στην ευέλικτη ζώνη





# ΖΩΓΡΑΦΙΣΑΜΕ ΤΟ ΧΑΡΤΗ ΤΗΣ ΕΥΡΩΠΑΙΚΗΣ ΗΠΕΙΡΟΥ



# Ο χάρτης της Ευρώπης





# Χώρες της Ευρώπης

- Αυστρία, Βέλγιο, Βουλγαρία, Κροατία, Αλβανία, Κύπρος, Τσεχία, Δανία, Εσθονία, Φιλανδία, Γαλλία, Γερμανία, Ελλάδα, Ουγγαρία, Ιρλανδία, Ιταλία, Λετονία, Λιθουανία, Λουξεμβούργο, Μάλτα, Ολλανδία, Πολωνία, Πορτογαλία, Ρουμανία, Σλοβακία, Σλοβενία, Ισπανία, Σουηδία, Μεγάλη Βρετανία, Ρωσία, Νορβηγία, Λευκορωσία, Ισλανδία, κ.α.

# Η αρπαγή της Ευρώπης



## Πως πήρε το όνομα η Ήπειρος Ευρώπη...

- Το όνομα **Ευρώπη** είναι συνδεδεμένο - από την εποχή της αρχαίας Ελλάδας- με την πριγκίπισσα Ευρώπη που, σύμφωνα με τη μυθολογία, την είχε απαγάγει ο Δίας. Ωστόσο, νεότερες έρευνες δείχνουν πως η λέξη αυτή προέρχεται από τη σημιτική λέξη ereb /ερεμπ, δηλαδή, «χώρα της εσπέρας/εσπερία».



Το παιχνίδι ενισχύει την Φιλία ,την  
αυτοπεποίθηση ,τον σεβασμό .



ΧΑΡΟΥΜΕΝΑ ΠΑΙΔΙΑ = ΕΛΠΙΔΑ !



# Τα οφέλη του παιχνιδιού

- Το παιχνίδι παίζει καταλυτικό ρόλο στην κοινωνικοποίηση μας, στην ικανότητά μας να σχετιζόμαστε με άλλους ανθρώπους και στην ποιότητα των σχέσεων μας. Μέσα από το παιχνίδι, τα παιδιά κοινωνικοποιούνται, μαθαίνουν την συνεργασία, εξερευνούν την ελευθερία και τα όρια, μαθαίνουν να αποδέχονται και να ακολουθούν -από κοινού συμφωνημένους- κανόνες, να δρουν ομαδικά και να επικοινωνούν -προφορικά, αλλά και με την γλώσσα του σώματος.
- Ως ενήλικες, μέσα από το παιχνίδι, συνεχίζουμε να εμπεδώνουμε και να βελτιώνουμε τις κοινωνικές μας δεξιότητες. Με το να μοιραζόμαστε χαρά, διασκέδαση και κοινούς στόχους, μέσα από το παιχνίδι, ενισχύουμε τους δεσμούς μας με άλλους ανθρώπους, και αναπτύσσουμε την ικανότητά μας για ενσυναίσθηση, εμπιστοσύνη, κατανόηση, και οικειότητα.

# Ξεροπόταμος

## (ΚΥΠΡΟΣ)

- Είναι ένα ομαδικό παιγνίδι χωρίς στοιχεία συναγωνισμού, χωρίς νικητές και ηττημένους. Μάλλον πρόκειται για παιγνίδι γυμναστικής με διασκεδαστικό περιεχόμενο. Παιζόταν παλιά στα πανηγύρια και, καθώς κανένας από τους παίχτες δεν έχει λόγο να το σταματήσει αυτός, διαρκούσε πολλή ώρα, τόσο που μερικές φορές άφηνε μια γεύση βαρεμάρας.

### ΚΑΝΟΝΕΣ ΤΟΥ ΠΑΙΓΝΙΔΙΟΥ

Όλα τα μέλη της παρέας (ο αριθμός μπορεί, θεωρητικά, να είναι απεριόριστος, αλλά γύρω στους είκοσι απαρτίζουν ιδανική ομάδα) μπαίνουν στη σειρά με μέτωπο προς τα έξω, απέχοντας δυο ως τρία μέτρα μεταξύ τους. Σκύβουν, έτσι που το κορμί τους να σχηματίζει γωνία, στερεώνουν τα χέρια με τις παλάμες στα γόνατα και χαμηλώνουν όσο γίνεται το κεφάλι.

Όταν όλοι είναι έτοιμοι, ο τελευταίος σηκώνεται, τρέχει και πηδά με το κατάλληλο άλμα εφαλτηρίου πάνω από τους συμπαίχτες του μέχρι και τον τελευταίο. Αμέσως ξανασκύβει στην επόμενη θέση με τον ίδιο όπως στην αρχή τρόπο. Στο μεταξύ ο δεύτερος, μόλις πηδήσει από πάνω του ο πρώτος, σηκώνεται και αυτός και πηδώντας πάνω από τους συμπαίχτες του τον ακολουθεί, πηδώντας τώρα αυτός και πάνω από τον προηγούμενο που έχει στο μεταξύ σκύψει, και σκύβει και αυτός παίρνοντας την κατάλληλη θέση. Εννοείται ότι η πορεία του «ξεροπόταμου» που σχηματίζεται από τους παίχτες ακολουθεί τη διαμόρφωση του χώρου μέσα στον οποίο οργανώνεται το παιγνίδι και είναι δυνατό σχηματίζοντας κύκλο να επανέρχεται στην πρώτη του ...κοίτη.

Φυσικά ο τρίτος ακολουθεί το δεύτερο, ο τέταρτος τον τρίτο κ.τ.λ. μέχρι να ξαναπηδήσει ο πρώτος, σε ατέρμονα σειρά.

Το παιγνίδι τελειώνει μόνο με πρωτοβουλία εκείνου που έχει σειρά να πηδήσει πάνω από τους άλλους. Αν αυτός παραιτηθεί από το ...δικαίωμά του, το παιγνίδι ολοκληρώνεται, χωρίς, βέβαια να αποκλείεται η επανέναρξή του με ελλιπή ή νέα σύνθεση της παρέας.

# Βασιλιτζιά τζαι μυριτζιά (ΚΥΠΡΟΣ)

- Πρόκειται για ένα θεαματικό και πολύ διασκεδαστικό παιγνίδι. Παιζόταν παλαιότερα στις πλατείες των χωριών τις μέρες των γιορτών από μικρούς και μεγάλους με την ίδια πάντα επιτυχία. Ιδιαίτερα τις αναστάσιμες μέρες της Διακαινησίμου αυτό και τα παρόμοιά του παιγνίδια εξέφραζαν τον ενθουσιασμό και την αγαλλίαση των προγόνων μας για το κοσμοσωτήριο γεγονός της Ανάστασης του Χριστού.

## ΚΑΝΟΝΕΣ ΤΟΥ ΠΑΙΓΝΙΔΙΟΥ

Όσοι παίχτες μαζευτούν χωρίζονται σε δυο ισάριθμες ομάδες. Η καθεμιά μπορεί να περιλαμβάνει από δύο μέχρι δέκα παίχτες.

Γίνεται κλήρωση για το ποια ομάδα θα αναλάβει το ρόλο της "βασιλιτζιάς", δηλαδή τα μέλη της θα καβαλικέψουν στις πλάτες των μελών της άλλης.

Τα μέλη της ομάδας που χάνει σκύβουν στερεώνοντας τις παλάμες των χεριών τους στα γόνατά τους και σχηματίζουν αραιό κύκλο με τα κεφάλια προς τα μέσα. Οι άλλοι -οι βασιλιτζιές- ανεβαίνουν μ' ένα πήδημα ο καθένας στην πλάτη ενός από τους σκυμμένους και αμέσως με το αριστερό τους χέρι τους κλείνουν τα μάτια όσο πιο καλά μπορούν.

Ένας από τους καβαλικεμένους, ο αρχηγός της ομάδας, σηκώνει ύστερα το δεξί του χέρι και σχηματίζει με την προβολή των δακτύλων του έναν αριθμό από το 1 ως το 4, ειδοποιώντας παράλληλα τον παίχτη πάνω στον οποίο βρίσκεται με κτύπημα των ποδιών, όπως κάνουν οι αναβάτες για να παρακινήσουν το άλογο να τρέξει, ότι αυτός πρέπει να απαντήσει. Και ρωτά: «Βασιλιτζιά τζαι μυριτζιά τζαι με τα φύλλα πόσα;»

Αν ο σκυφτός παίχτης απαντώντας βρει το σωστό αριθμό των φύλλων που δείχνουν τα δάχτυλα του καβαλικεμένου, τότε οι σκυφτοί ρίχνουν κάτω τους καβαλικεμένους και το παιγνίδι επαναλαμβάνεται με τις ομάδες σε αντίστροφους ρόλους. Αν, πάλι, δεν τα καταφέρει, το παιγνίδι επαναλαμβάνεται με την ίδια διάταξη, ωστόσο οι σκυφτοί καταφέρουν να μαντέψουν σωστά. Σε κάθε, όμως, επόμενη φορά που το παιγνίδι επαναλαμβάνεται, οι καβαλικεμένοι αλλάζουν θέση, ώστε ο αρχηγός να καβαλικεύει κάθε φορά σε άλλο μέλος της ομάδας που σκύβει. Η ομάδα που ο αρχηγός της θα καβαλικέψει πρώτος σε όλα τα μέλη της άλλης ομάδας, κερδίζει το παιγνίδι.

# Ο τρίτος περισσεύει ( Ρωσία )

Παίρνουν μέρος : 12 ως 20 παίκτες

Ηλικία : από 7 χρονών

Τα παιδιά ανά ζευγάρια (είναι πίσω από τον άλλον με μέτωπο στον κύκλο ), στέκονται γύρω από τον κύκλο. Δύο παιδιά είναι εκτός κύκλου και το ένα κυνηγάει το άλλο. Ο κυνηγός μπορεί να κόψει τον κύκλο και να μπει μέσα για να περάσει από την άλλη μεριά.

Το θήραμα τρέχει πάντα κυκλικά, πίσω από τα ζευγάρια. Για να προστατευτεί πρέπει να μπει μπροστά από κάποιο ζευγάρι , οπότε ο πίσω του ζευγαριού πρέπει να τρέξει για να μην τον πιάσει ο κυνηγός και κάνει και αυτός το ίδιο. Αν ο κυνηγός πιάσει κάποιο παιδί, τότε εκείνος γίνεται κυνηγός και συνεχίζεται το παιχνίδι.



# Μπαμπέτα – Νίκη ( ΡΩΣΙΑ)

- Τα παιδιά χωρίζονται σε δύο ομάδες. Ορίζουν μια απόσταση 15 μέτρων περίπου. Παίρνουν μια μπάλα ποδοσφαίρου και την κόβουν σε 15 κύκλους (κομμάτια). Γράφουν από τη μια μεριά τους αριθμούς από το 1 έως το 15 και το βάζουν στο χώρο που όρισαν από την ανάποδη μεριά, έτσι ώστε να μην φαίνονται οι αριθμοί . Η πρώτη ομάδα χωρίζεται σε δύο υποομάδες , που παίρνουν θέση, η μία στην αρχή των 15 μέτρων και η άλλη στο τέλος, όπως και στα μηλάκια . Ρίχνουν τη μπάλα και προσπαθούν να κάψουν το παιδί που είναι μέσα. Ο παίκτης προσπαθεί να αποφύγει τη μπάλα και ταυτόχρονα να αναποδογυρίσει τα 15 κομμάτια με τους αριθμούς. Αν καεί, βγαίνει και τότε συνεχίζει το επόμενο παιδί. Όταν αποκαλυφθούν όλοι οι αριθμοί, τότε ο παίκτης προσπαθεί να βάλει τα αριθμημένα κομμάτια το ένα πάνω στο άλλο σε σωστή αριθμητική σειρά. Εφόσον τα καταφέρει, μετράει ως το 15, προσπαθώντας να μην το κάψει η μπάλα και τελειώνοντας το μέτρημα φωνάζει «ΜΠΑΜΠΕΤΑ», που σημαίνει ΝΙΚΗ.

# Πατητό

(ρώσικο)

Παίζουν 10 παιδιά. Βάζουμε στη σειρά 1 τσουβάλι με άχυρα, δίπλα 2 τσουβάλια το ένα πάνω στο άλλο, δίπλα 3 και μετά 4. Ο μαθητής σκαρφαλώνει με κλειστά μάτια (μαντίλι) και πιάνει με το στόμα, ένα ποτήρι σχεδόν γεμάτο με κάποιο υγρό. Γυρνώντας στο πρώτο τσουβάλι, πρέπει να πηδήξει κι ένα τσουβάλι ρύζι ή να το πατήσει χωρίς να το σκίσει και χωρίς να χυθεί το υγρό από το ποτήρι. Μπορούμε να έχουμε διάφορες γεύσεις στο ποτήρι, έτσι ώστε τα παιδιά να βρίσκουν και τη γεύση. Όποιος τα καταφέρει κερδίζει ένα παιχνίδι.

## Πατητό (αλβανικό)

Σχεδιάζεις στο έδαφος ένα μεγάλο παραλληλόγραμμο και 5 κάθετες γραμμές. Ανάμεσα από τις γραμμές υπάρχουν νούμερα από το 1-5. Τα παιδιά κλοτσάνε μια πέτρα κάνοντας κουτσό και προσπαθούν να προχωρήσουν ένα ένα τα τετράγωνα χωρίς να ακουμπήσουν τις γραμμές.



## Πατίνι (βουλγάρικο)

Ένα παιδί κάθεται σε βαθύ κάθισμα έχοντας ένα παιδί δεξιά του και ένα αριστερά του. Μετράνε ως το 3 και οι δύο ακριανοί κάθονται και το μεσαίο παιδί σηκώνεται και εκτελεί κατακόρυφο. Τα δύο παιδιά πιάνουν τα πόδια του και προχωρά 3 βήματα με τα χέρια.

# SCHLAGBALL

- Προέλευση: Γερμανία
- Παρουσίαση παιχνιδιού: Χωρίζουμε τα παιδιά σε δύο ομάδες. Ο παίχτης μίας ομάδας έχει το μπαστούνι του μπέιζμπολ, ρίχνει την μπάλα στον αέρα, τη χτυπά και τρέχει στην εστία που βρίσκεται σε απόσταση 10-12 μέτρων. Οι παίχτες γηπέδου της άλλης ομάδας πιάνουν την μπάλα και τη ρίχνουν σε αυτόν καθώς τρέχει προς την εστία, με στόχο να τον πετύχουν. Αν ο παίχτης φθάσει στην εστία χωρίς να τον χτυπήσουν, η ομάδα κερδίζει ένα βαθμό. Όλοι οι παίχτες περνούν από αυτήν τη θέση. Μετρούν ομαδικά ή ατομικά βαθμούς.

# ΗΘΗ -ΕΘΙΜΑ



# ΙΤΑΛΙΑ (ΗΘΗ -ΕΘΙΜΑ)

## ΧΡΙΣΤΟΥΓΕΝΝΑ

- Σε κάποιες περιοχές της Ιταλίας, τα δώρα τα φέρνει η Befana, μια καλή μάγισσα. Στα φρόνιμα παιδιά αφήνει δώρα, γλυκά και φρούτα, ενώ στα άτακτα, κάρβουνο και σκόρδα. Οι γονείς της αφήνουν ένα ποτήρι κρασί και αν αρέσει στη Befana, θα σκουπίσει το σπίτι προτού πετάξει με τη σκούπα της.





# ΑΓΓΛΙΑ (ΗΘΗ –ΕΘΙΜΑ)

## Pancake Tuesday

- Η Pancake Tuesday είναι επίσης γνωστή ως Pancake Day. Είναι η ημέρα που προηγείται της Ash Wednesday, πρώτη ημέρα της Σαρακοστής. Η Καθαρά Δευτέρα καθορίζεται από το Πάσχα, αλλάζει η ημερομηνία της κάθε χρόνο. Είναι μια σημαντική μέρα την οποία την τιμούν με σεβασμό οι περισσότεροι Άγγλοι. Ουσιαστικά είναι η τελευταία μέρα που οι πιστοί έχουν το δικαίωμα να τραφούν με απολαυστικά και πλούσια σε λιπαρά γεύματα πριν από την περίοδο της Σαρακοστής. Ιδιαίτερη εντύπωση προκαλούν οι εκδηλώσεις που πραγματοποιούνται εκείνη την μέρα .(π.χ. αγώνες τηγανίτας).



# Η γιορτή του Πάσχα στη Γαλλία

- Το Πάσχα είναι από τις μεγαλύτερες γιορτές της Χριστιανοσύνης. Στη Γαλλία έχει επίσης την τιμητική της. Όλη τη Μεγάλη εβδομάδα οι εκκλησίες είναι ανοιχτές και με δοξολογίες επαναφέρουν στη μνήμη των ανθρώπων και τιμούν τα Πάθη και την Ανάσταση του Ιησού Χριστού.



## Οι ιπτάμενες καμπάνες - 'Les cloches volantes!'

Για τους Γάλλους οι καμπάνες είναι ένα από τα πιο σημαντικά έθιμα. Υπάρχει ένας μύθος που λέει ότι οι καμπάνες εγκαταλείπουν όλες τις πόλεις της Γαλλίας και πηγαίνουν πετώντας στη Ρώμη για να πάρουν την ευλογία από τον Πάπα και να μαζέψουν τα πολύχρωμα σοκολατένια αυγά. Έτσι δεν υπάρχει καμιά καμπάνα για να ηχήσει στις εκκλησίες καθ' όλη τη διάρκεια της Μεγάλης Εβδομάδας. Όταν όλες έχουν ολοκληρώσει την αποστολή τους, επιστρέφουν από τη Ρώμη, ευλογημένες κι έχοντας τα πασχαλινά αυγά, ξαναπαίρνουν τις θέσεις τους στα καμπαναριά, και την Κυριακή αρχίζουν να ηχούν χαρμόσινα φέρνοντας το νέο της Ανάστασης.

- Επίσης, στην πόλη Haux της νοτιοδυτικής Γαλλίας, τη Δευτέρα της Λαμπρής, ψήνεται μια **γιγαντιαία ομελέτα** στην κεντρική πλατεία. Περίπου 5.000 αυγά χρησιμοποιούνται για να δημιουργήσουν ένα κατάλληλο γεύμα για 1.000 άτομα. Και βέβαια, στην ώρα του μεσημεριανού γεύματος.

# ΓΕΡΜΑΝΙΑ (ΗΘΗ- ΕΘΙΜΑ)

## ΧΡΙΣΤΟΥΓΕΝΝΑ

- Στη Γερμανία το διάστημα που προηγείται των Χριστουγέννων είναι πολύ σημαντικό. Για τις οικογένειες τα χριστουγεννιάτικα μπισκότα, το χριστουγεννιάτικο κέικ αποτελούν τα παραδοσιακά έθιμα της περιόδου. Χαρακτηριστικές είναι και οι χριστουγεννιάτικες αγορές στο κέντρο κάθε πόλης που εμφανίζονται από το πρώτο Σαββατοκύριακο του Δεκεμβρίου και τελειώνουν την παραμονή των Χριστουγέννων. Οι μπάγκοι της Χριστουγεννιάτικης αγοράς έχουν γλυκά, στολίδια και ζεστό κόκκινο γλυκό κρασί με μπαχαρικά. Στις 6η Δεκεμβρίου γιορτάζεται ο Ζανκτ Νικόλαους (ο Άγιος Νικόλαος) που είναι παρόμοιος του Άγιου Βασιλείου ως προς το έθιμο των δώρων. Στην λαογραφική του έκδοση φέρνει δώρα στα καλά παιδιά, αλλά και ένα δεματάκι βέργες για να δείρει τα παιδάκια που δεν ήταν φρόνιμα
- . Στη Γερμανία επίσης συναντούμαι συχνά το έθιμο με το κηροπήγιο που είναι φτιαγμένο από κλαδιά ελάτου τα οποία είναι πλεγμένα έτσι ώστε να σχηματίζουν ένα στεφάνι. Στο στεφάνι απάνω είναι τέσσερις θέσεις με κεριά, που συμβολίζουν τις τέσσερις τελευταίες εβδομάδες πριν τα Χριστούγεννα. Κάθε Κυριακή ανάβουν ένα κεριά παραπάνω, μετρώντας αντίστροφα το χρόνο που απομένει για τον ερχομό των Χριστουγέννων .



# ΕΛΒΕΤΙΑ (ΗΘΗ –ΕΘΙΜΑ)

## ΚΑΛΑΝΤΑ ΧΡΙΣΤΟΥΓΕΝΝΩΝ

- Στη Γκλάνερλαντ, στις 6 Δεκεμβρίου, οι μαθητές κάνουν παρέλαση, χτυπώντας κουδούνια διαφόρων μεγεθών, πότε ρυθμικά και πότε ασυντόνιστα κάτοικοι του χωριού, δίνουν στα παιδιά διάφορα νόστιμα καλούδια. Την τελευταία Πέμπτη πριν από τα Χριστούγεννα, στη Weinfelden, τα παιδιά παρελαύνουν στους δρόμους και κρατάνε τεύτλα, μέσα στα οποία έχουν τοποθετήσει ένα κερι. Τραγουδούν τα κάλαντα στην κεντρική πλατεία της πόλης και μετά πηγαίνουν στα σχολεία τους όπου τρώνε ψωμί και λουκάνικα.





# ΙΣΠΑΝΙΑ (ΗΘΗ- ΕΘΙΜΑ)

## Πυρκαγιές του Σαν Χουάν

- Πρόκειται για ένα διαδεδομένο έθιμο που λαμβάνει χώρα σε διάφορες πόλεις τις Ισπανίας στις 24 Ιούνη κάθε χρόνου και συμβολίζει την έναρξη του καλοκαιριού. Η μεγαλύτερη γιορτή είναι στο Αλικάντε που είναι και το κυριότερο έθιμο της περιοχής.

Οι άνθρωποι συγκεντρώνονται γύρω από φωτιές σε οικογενειακούς και φιλικούς κύκλους και εορτάζουν την είσοδο του θέρους. Τις φωτιές τις ανάβουν συνήθως από παλιά έπιπλα ή ξύλα που δεν χρειάζονται, και μοιράζονται ζεστή σοκολάτα ενώ τα παιδάκια χοροπηδάνε παίζοντας πάνω από τις φωτιές!



# Διατροφικές συνήθειες ευρωπαϊκών λαών



# Γερμανία –Αυστρία

- Στην **Γερμανία** και την **Αυστρία** η κατανάλωση κρέατος, λαχανικών, γαλακτοκομικών και ψωμιού-δημητριακών είναι το ίδιο διαδεδομένη με τις μεσογειακές χώρες. Η μόνη ουσιαστική διαφορά διακρίνεται στην κατανάλωση φρέσκων φρούτων, τα οποία είναι κανείς δύσκολο να βρει. Εάν τύχει να ψωνίσετε για παράδειγμα από μία γερμανική ή αυστριακή υπεραγορά, θα διαπιστώσετε ότι **τα περισσότερα φρούτα προέρχονται από άλλες χώρες**. Αξίζει να σημειωθεί, ότι όσον αφορά τα **τρόφιμα ζωικής προέλευσης**, τα **προϊόντα κρέατος**, όπως λουκάνικα και σαλάμια, συναντά κανείς **τεράστια ποικιλία** στις χώρες αυτές αφού **καταναλώνονται αρκετά**. Επισκεπτόμενος κανείς τη Βιέννη δεν θα μπορούσε να μην δοκιμάσει το **παραδοσιακό βιενέζικο σνίτσελ (Wiener Schnitzel)**.

# Ρωσία

- Στη **Ρωσία** το **χοιρινό κρέας** είναι ευρέως διαδεδομένο. Η αυξημένη κατανάλωση οφείλεται πιθανόν στις **χαμηλές θερμοκρασίες** και τα λιπαρά που περιέχονται στο κρέας, τα οποία βοηθούν στην **αντιμετώπιση του ψύχους**, σε συνδυασμό πάντα με την **αυξημένη κατανάλωση αλκοόλ**. Τα φρούτα και τα λαχανικά δεν καταναλώνονται συχνά από τους Ρώσους.



# Αγγλία

- Στο **Ηνωμένο Βασίλειο** επικρατεί η φιλοσοφία του **απλά να υπάρχει κάτι στο στομάχι**, με αποτέλεσμα να καταναλώνεται αρκετά **πρόχειρο και γρήγορο φαγητό** κατά τη διάρκεια της ημέρας. Βέβαια το πρωινό αποτελεί τρανή εξαίρεση, αφού το **“English breakfast”** θεωρείται πλήρες γεύμα και συνήθως περιλαμβάνει αυγά, μπέικον, λουκάνικα, καφέ ή τσάι και φρυγανιές

# Γαλλία

- Οι Γάλλοι συνηθίζουν να καταναλώνουν όλα τα είδη τροφίμων, συνοδευόμενα πάντα από κάποιο είδος σάλτσας, ενώ το **κρασί κατά τη διάρκεια του φαγητού** και τα **φρούτα και τα τυριά ως επιδόρπιο**, θεωρούνται αγαπημένες συνήθειες των Γάλλων. Γενικώς, οι Γάλλοι συνδέουν το φαγητό με την απόλαυση, γι' αυτό και η ποσότητα δεν παίζει μεγάλο ρόλο στο γεύμα. Οι Γάλλοι τρώνε γενικά μικρές μερίδες. Μερικά πιάτα που μας έμαθαν οι Γάλλοι να αγαπάμε, είναι οι **πατάτες gratin dauphinois**, το **ψητό Camembert**, οι **κρέπες**, το **σουφλέ τυριού**, το **rot-au-feu**, το **φουά γκρα**, το **μιλφείγ**, η **κρεμ μπρουλέ** και άλλα πολλά πιάτα, διεθνώς διαδεδομένα.

# Κύπρος

- Οι **Κύπριοι**, καταναλώνουν συχνά **κρέας** , κύριο συστατικό της κυπριακής κουζίνας. Ωστόσο η **μεσογειακή διατροφή** ακολουθείται πιστά με **άφθονα φρούτα και λαχανικά** στο διαιτολόγιο. Ειδικά κατά τους καλοκαιρινούς μήνες η κατανάλωση κρέατος και άλλων λιπαρών τροφών αποφεύγεται λόγω της αφόρητης ζέστης. Από την άλλη, τα γεύματα των Κυπρίων χαρακτηρίζονται από **μεγάλες ποσότητες**. Αξιοσημείωτο είναι επίσης το γεγονός ότι **μεγάλο ποσοστό του πληθυσμού δεν τρώει πρωινό**.

# Νορβηγία

- Σε ακόμη μία από τις “χώρες του ψύχους”, την Νορβηγία, παρατηρείται αυξημένη κατανάλωση ζωικών προϊόντων, όπως ψάρια και γαλακτοκομικά προϊόντα, τα οποία είναι πλούσια σε ω-3 λιπαρά οξέα, βιταμίνες, μέταλλα, ιχνοστοιχεία και σε ασβέστιο. Τα παραδοσιακά κρέατα είναι συχνά βασισμένα περισσότερο σε ζώα δασών και βουνών, από ότι στα βοοειδή. Ωστόσο κάποιες εμπορικές πόλεις βασίζονται και σε προϊόντα, όπως ελαιόλαδο και λιαστές ντομάτες. Αξίζει να σημειωθεί ότι τα φρούτα, όπως μούρα, φράουλες και μήλα, χρησιμοποιούνται σε μεγάλη ποικιλία πιάτων και επιδορπίων.





ΕΧΟΥΜΕ  
ΔΙΚΑΙΩΜΑ  
ΣΤΟ  
ΠΑΙΧΝΙΔΙ

ΕΡΓΑΣΙΑ ΣΤΗΝ ΕΥΕΛΙΚΤΗ ΖΩΝΗ (5):  
ΤΑΞΙΔΕΥΟΥΜΕ ΣΤΙΣ ΠΕΝΤΕ ΗΠΕΙΡΟΥΣ ΠΑΙΖΟΝΤΑΣ  
ΕΚΕΙ ΜΕ ΦΙΛΟΥΣ

# ΩΚΕΑΝΙΑ

Γιακουμάκης Ηλίας  
Κεσκίνης Ειρηναίος  
Μαυρομάτης Αλέξανδρος  
Παπαδοπούλου Παρασκευή

Ομάδα 5<sup>η</sup>



# ΖΩΓΡΑΦΙΣΑΜΕ ΤΟ ΧΑΡΤΗ ΤΗΣ ΗΠΕΙΡΟΥ ΤΗΣ ΩΚΕΑΝΙΑΣ









# SKIPPYROO ΚΑΓΚΟΥΡΟ

- Δημοφιλές παιχνίδι της Αυστραλίας
- Σκοπός: Να θυμούνται τα παιδιά τα ονόματα των συμμαθητών τους
- Ηλικίες: 3 ετών και πάνω
- Παίκτες: 6 – 25 παιδιά
- Τα παιδιά κάθονται σε κύκλο. Ένα παιδί μένει όρθιο στο κέντρο. Αυτό το παιδί είναι το καγκουρό Skippyroo. Ο Skippyroo σκύβει στο πάτωμα με τα μάτια κλειστά. Τα γύρω παιδιά τραγουδούν: Skippyroo, καγκουρό, κοιμάσαι στον ήλιο το μεσημέρι. Έρχεται ένας κυνηγός, τρέχει, τρέχει, τρέχει. Ένα παιδί αγγίζει στον ώμο τον Skippyroo και λέει: Μάντεψε ποιος! Ο Skippyroo προσπαθεί να τον βρει χωρίς να το δει. Αν μαντέψει σωστά, τον κάνει Skippyroo. Όλοι πρέπει να γίνουν Skippyroo μία φορά.



## SEMUT - GAJAH

- Δημοφιλές παιχνίδι της Σουμάτρας
- Νικητής είναι αυτός που θα κερδίσει τους άλλους περισσότερες φορές.
- Ηλικίες: 3 ετών και πάνω
- Παίκτες: 2 παιδιά
- Τα παιδιά στέκονται απέναντι το ένα στο άλλο. Οι παίκτες κουνούν τη γροθιά τους πάνω κάτω μετρώντας τρεις φορές.

Στις 4 ακινητοποιούν το χέρι: σε γροθιά (μυρμήγκι – semut)

με το δείκτη μπροστά (άνθρωπος), με τον αντίχειρα πάνω (ελέφαντας – gajah). Ο ελέφαντας χτυπάει τον άνθρωπο αφού είναι πιο δυνατός. Ο άνθρωπος νικάει το μυρμήγκι, γιατί μπορεί να το πατήσει και να το λιώσει.

Το μυρμήγκι νικάει τον ελέφанта γιατί μπορεί να μπει στο αυτί του και να τον δαγκώσει.



# ΚΕΕΝΤΑΝ



Δημοφιλές παιχνίδι της Αυστραλίας

- Νικήτρια είναι η ομάδα που είχε στην κατοχή της τη μπάλα για μεγαλύτερο χρονικό διάστημα και έπεσε κάτω τις λιγότερες φορές.
- Ηλικίες: 6 ετών και πάνω
- Παίκτες: 10 - 20 παιδιά
- Τα παιδιά χωρίζονται σε δύο ομάδες και σκορπίζουν σε ένα ανοιχτό χώρο (γήπεδο μπάσκετ ή γήπεδο βόλει) σε τυχαίες θέσεις. Ένας διαιτητής πετά την μπάλα και τα παιδιά προσπαθούν να πετούν την μπάλα ο ένας στον άλλο, χωρίς να την πιάσουν παίκτες της άλλης ομάδας και χωρίς να ακουμπήσει το έδαφος. Όταν πηδούν για να αποκρούσουν τη μπάλα πρέπει να μιμούνται το πήδημα του καγκουρό. Κάθε φορά που η μπάλα πέφτει στο έδαφος, ο διαιτητής ξαναπετά τη μπάλα μέσα στο γήπεδο.



# WANA

- Δημοφιλές παιχνίδι της Δυτικής Αυστραλίας
- Σκοπός: Το παιχνίδι αυτό μάθαινε στα κορίτσια πώς να υπερασπίζονται τα μωρά τους όταν μελλοντικά θα γινότουσαν αληθινές μητέρες.
- Ηλικίες: 6 ετών και πάνω
- Παίκτες: 10 - 20 κορίτσια
- Ένα κοντό κομμάτι ξύλου τοποθετείται στο κέντρο αναπαριστώντας ένα μωρό. Κάθε κορίτσι υπερασπίζεται το μωρό του από τα ξύλα των άλλων κοριτσιών που θέλουν να σκοτώσουν το μωρό και πετούν τα ξύλα τους στη μητέρα. Η «μητέρα» προσπαθεί να τα απωθήσει με το δικό της ξύλο «wana».





# ΚΛΙΜΑΚΩΤΟ ΑΛΜΑ

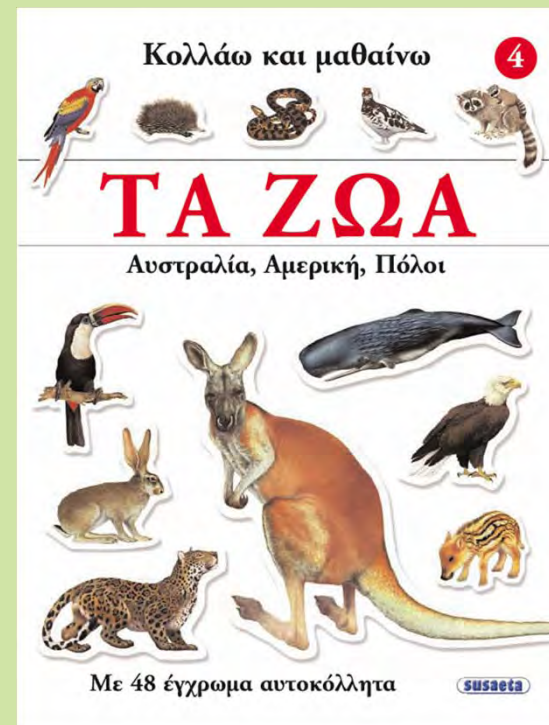
- ΠΡΟΕΛΕΥΣΗ: ΑΥΣΤΡΑΛΙΑ
- ΠΑΡΟΥΣΙΑΣΗ ΠΑΙΧΝΙΔΙΟΥ: Σχηματίζουμε δύο ομάδες παιχτών και παίρνουν αριθμούς όλοι οι παίχτες. Εκτελούν επιτόπιο άλμα και η προσγείωση στα δύο πόδια όπου το σημείο το σηματοδοτούμε με κιμωλία . Ο επόμενος συνεχίζει από τα ίχνη των φτερνών του πρώτου παίχτη. Συνεχίζουμε μέχρι να πηδήσουν όλα τα παιδιά. Η ομάδα που θα καλύψει τη μεγαλύτερη απόσταση με τα άλματα είναι η νικήτρια.



# ΦΩΤΟΓΡΑΦΙΕΣ ΠΑΙΧΝΙΔΙΩΝ ΩΚΕΑΝΙΑΣ



# ΠΑΝΙΔΑ ΤΗΣ ΩΚΕΑΝΙΑΣ





# ΖΩΑ ΤΗΣ ΩΚΕΑΝΙΑΣ

## Πανίδα

- Τα θηλαστικά ζώα της Αυστραλίας είναι τα περισσότερα μαρσιποφόρα που διακρίνονται σε 100 είδη όπως το καγκουρό και το κοάλα.
- Υπάρχουν όμως και θηλαστικά μη μαρσιποφόρα, όπως ο σκύλος ντίνγκο, 21 είδη νυχτερίδας, 31 είδη ποντικών.
- Υπάρχουν πτηνά, όπως ο δρυοκολάπτης, ο σπίνος, ο φασιανός, ο γύπας, η λύρα και πολλά είδη παπαγάλων.
- Υπάρχουν πολλά είδη φιδιών και μάλιστα δηλητηριώδη καθώς και σαυρών (110 είδη).
- Στα παράλια, στα ποτάμια και στις λίμνες υπάρχουν κροκόδειλοι και θαλάσσιες χελώνες.
- Στην Αυστραλία μεταφέρθηκε και το πρόβατο Μερινός που σήμερα αποτελεί μια από τις μεγαλύτερες πηγές πλούτου για τη χώρα.





## ΛΙΣΤΑ ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΩΝ ΠΑΙΧΝΙΔΙΩΝ ΤΩΝ ΙΘΑΓΕΝΩΝ ΤΗΣ ΑΥΣΤΡΑΛΙΑΣ

Τον Ιούλιο του 2008 η Αυστραλιανή αθλητική Ομοσπονδία δημοσίευσε μία ολοκληρωμένη πηγή παραδοσιακών Αυστραλιανών παιχνιδιών.

Περιλαμβάνει τα παρακάτω είδη παιχνιδιών:

- Ball and top spinning games
- Παιχνίδια με μπάλα Ball games
- Παιχνίδια με χτυπήματα μπάλας Ball-hitting games
- Παιχνίδια με κυλίσματα μπάλας Ball-rolling games
- Παιχνίδια με μπούμερανκ Boomerang games
- Παιχνίδια με ήχους ή φωνές ζώων Bullroarer game
- Παιχνίδια αναρρίχησης Climbing game
- Παιχνίδια με Corroboree (παραδοσιακός χορός της Αυστραλίας) Corroboree games



## ΛΙΣΤΑ ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΩΝ ΠΑΙΧΝΙΔΙΩΝ ΤΩΝ ΙΘΑΓΕΝΩΝ ΤΗΣ ΑΥΣΤΡΑΛΙΑΣ

- Παιχνίδια αναζήτησης κρυμμένου αντικειμένου Finding-object games
- Παιχνίδια μαντέματος Guessing games
- Παιχνίδια κρυφτού – κυνηγητού Hide-and-seeK games
- Παιχνίδια με χτυπήματα Hitting games
- Παιχνίδια με πηδήματα Jumping games
- Παιχνίδια ακινητοποίησης Marble games
- Παιχνίδια μνήμης Memory game
- Λογοπαίγνια Play-language game
- Παιχνίδια ώθησης Pushing game
- Παιχνίδια με πατίνια Roller game
- Παιχνίδια με τρέξιμο Running games
- Παιχνίδια ελιγμών Skipping games



## ΛΙΣΤΑ ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΩΝ ΠΑΙΧΝΙΔΙΩΝ ΤΩΝ ΙΘΑΓΕΝΩΝ ΤΗΣ ΑΥΣΤΡΑΛΙΑΣ

- Παιχνίδια με σβούρες Spinner-propellor games
  - Παιχνίδια με σκοινάκι String game
  - Παιχνίδια κυνηγητού Tag games
  - Παιχνίδια με ρίψεις Throwing games
  - Παιχνίδια εξερεύνησης Tracking game
  - Παιχνίδια με νερό Water games
  - Παιχνίδια πάλης Wrestling games
  - Δράσεις και δραστηριότητες Events and activities
- Η δημοσίευση περιλαμβάνει πληροφορίες για την προέλευση του κάθε παιχνιδιού, τον απαιτούμενο εξοπλισμό, τις παραλλαγές και απαραίτητες οδηγίες.

