



Έτος 28°

Αρ. τεύχους 88°

ΣΕΠΤΕΜΒΡΙΟΣ - ΔΕΚΕΜΒΡΙΟΣ 2016

Τιμή 1€

1ο Δημοτικό Σχολείο Αμπελώννα



Στοιχεία Σχολείου

Διεύθυνση :

Γρ. Λαμπράκη 3, 40400

Αμπελώννα

Τηλ. 24920 31201

Φαξ 24920 32945

e-mail :

mail@1dim-ampel.lar.sch.gr

Θα μας βρείτε στο Internet :

<http://1dim-ampel.lar.sch.gr>

Συντακτική Ομάδα

Πρόεδρος

Αντιπρόεδρος

Γραμματέας

Ταμίας

Μέλος

Σχεδιασμός Φύλλου

Θεματολογία

Δακτυλογράφηση

Υπεύθυνος

«Άμυλλας»

Επιμέλεια &

Υπεύθυνος έκδοσης

Αντώνης Κόκκινος ΣΤ΄ 1

Σωτήρης Αβέλλας ΣΤ΄ 1

Αηδόνη Λυδία Ε΄ 1

Αθανάσιος Κατής Δ΄ 1

Καλλιόπη Λιάπη Δ΄ 1

Χριστίνα Τσιντζιράκου

Ευθυμία Τσιγάρα-Παλάσκα

Δημήτριος Κατσαούνης,

Ευθυμία Τσιγάρα-Παλάσκα

Αθανάσιος Ζυγούρης

Χρήστος Γκόλτσιος

Τι θα διαβάσετε στο 88^ο τεύχος μας :

★ Ο Αγιασμός	3
★ Ας ... συστηθούμε !	4
★ ΑμεΑ 4	
★ Άτομα με ειδικές ανάγκες	5
★ Εγκέλαδος ή σεισμός	5
★ Συνέντευξη ενός αθλητή του τένις	7
★ Θεατρική παράσταση	7
★ Διατροφή των αρχαίων Ελλήνων	8
★ Ξέρετε ότι η 18η Οκτωβρίου είναι η Παγκόσμια Ημέρα Υγιεινής Διατροφής; 9	
★ Η σχολική μας γιορτή για την 28η Οκτωβρίου	9
★ Μεσογειακή Διατροφή	10
★ Γιορτή 17 ^{ης} Νοέμβρη	11
★ Το eTwinning	11
★ «Το παραμύθι χωρίς όνομα»	12
★ «Υπηρέτης δυο αφεντάδων»	12
★ 10 facts about you... ..	13
★ Γλωσσοδέτες	13
★ Ανέκδοτα	13



Αγιασμός»

Φέτος τα σχολεία άνοιξαν τη Δευτέρα 12 Σεπτεμβρίου. Όταν άνοιξαν ήμασταν όλοι πολύ χαρούμενοι.



Βρεθήκαμε ξανά όλοι μετά από τις διακοπές του καλοκαιριού. Για το καλό ξεκίνημα της χρονιάς κάναμε Αγιασμό, όπως κάθε χρόνο. Ήρθε ο ιερέας της ενορίας μας, πατέρας Γεώργιος, και μας ευλόγησε βρέχοντάς μας με τον βασιλικό.



Μετά μας ευχήθηκαν η κ. Ρούλα Σουρλαντζή συνταξιούχος δασκάλα του σχολείου μας και πρόεδρος της σχολικής επιτροπής του Δήμου μας και ο κ. Λάμπρος Γκιλέκας πρόεδρος του συλλόγου Γονέων και Κηδεμόνων. Στη συνέχεια, μας μίλησε ο διευθυντής για την καινούρια σχολική χρονιά και μας σύστησε τους νέους δασκάλους του σχολείου μας. Αργότερα ανεβήκαμε στις τάξεις μας και πήραμε τα βιβλία. Τέλος, ήρθαν οι γονείς μας να μας πάρουν.

Τσότσα Θεοδώρα - Δ1

Ας ... συστηθούμε !

Κάθε χρόνο, με το ξεκίνημα της νέας σχολικής χρονιάς, στο σχολείο μας έρχονται καινούριοι δάσκαλοι, κυρίως ειδικοτήτων.

Έτσι φέτος το σχολείο μας λειτουργεί με το παρακάτω εκπ/κό προσωπικό :

Γκόλτσιος Χρήστος	Δ/ντής- Φυσ. Αγωγής	
Ζυγούρης Αθανάσιος	Υπ/ντής- Δάσκαλος	
Σκαπέρδα Σοφία	Δασκάλα	
Τηγανή Ιωάννα	«	
Μπαρμπαγιάννη Γαλάτεια	«	
Τσαούση Ελένη	«	
Ντέλλα Ελένη	«	
Νταβαρούκας Αστέριος	Δάσκαλος	
Γκόγκας Γεώργιος	«	
Τσιγάρα - Παλάσκα Ευθυμία	Δασκάλα	
Κατσαούνης Δημήτριος	Δάσκαλος	
Τριανταφύλλου Ευαγγελία	Δασκάλα	
Τσικριτσή Αικατερίνη	Δασκάλα- Τμήμα	
Ένταξης		
Τσιντζιράκου Χριστίνα	Πληροφορικής	
Βελεσιώτου Αικατερίνη	Μουσικής	
Καλαμάς Βασίλης	Δάσκαλος	
Καϊάφα Σοφία	Αγγλικών	
Μάραγκου Βαία	Αγγλικών	
Μπρούζα Αθηνά	Φυσ. Αγωγής	
Κικίμη Αικατερίνη	Γαλλικών	
Μάικος Βασίλης	Φυσ. Αγωγής	
Βόγια Μαρία	Θεατρ. Αγωγής	
Καρανίσα Θεοδώρα	Γερμανικών	
Δημοπούλου Μαρίλια	Εικαστικών	

Την καθαριότητα του σχολείου μας επιμελείται η κ. Δάφνη και με το φαγητό μας, στο κυλικείο, ασχολείται η κ. Γεωργία.

Γιάννης Δαλακώνης, Σταύρος Ντάψη, Νίκος Ρόκαϊ, Νικόλας Ξετάρου, Μπάμπης Ντόβας - ΣΤ΄ 1

ΑμεΑ

Ας ξεκινήσουμε πρώτα με κάποια πράγματα που διαβάσαμε στο διαδίκτυο



ΑμεΑ είναι τα άτομα με αναπηρία.

Τα άτομα με αναπηρία μπορεί να είναι:

- Τυφλά & με προβλήματα όρασης
- Κωφά& βαρήκοα
- Με κινητικές διαταραχές
- Με μαθησιακές δυσκολίες
- Με ψυχικές νόσους
- Με επιληψία
- Με μακροχρόνιες ασθένειες και άλλες περιπτώσεις αναπηρίας

Τα περισσότερα άτομα με αναπηρία μπορούν να καταφέρουν πράγματα που εμείς δεν μπορούμε .

Π.χ. Ο Στήβεν Χώκινγκς που πάσχει από τη νόσο του κινητικού νευρώνα είναι φυσικός επιστήμονας στο Πανεπιστήμιο του Κέμπριτζ και ανακάλυψε τις μαύρες τρύπες , η Σοφία Κολοτούρου που πάσχει από την μεταγλωσσική κώφωση κατάφερε να σπουδάσει γιατρός , ο Μπετόβεν ήταν κωφός και έγραψε τις καλύτερες μουσικές. Έτσι καταλαβαίνουμε ότι οι άνθρωποι με αναπηρία μπορούν να καταφέρουν πολλά και να προοδέσουν στην ζωή τους.

Θα αναφερθούμε σε δυο περιπτώσεις της αναπηρίας, τη Μεταγλωσσική και τη Προγλωσσική κώφωση.

Παρόλο που η ιατρική επιστήμη σήμερα κάνει ότι είναι δυνατόν για την αποκατάσταση των Μεταγλωσσικών κωφών ,όπως και των Προγλωσσικών κωφών παιδιών με εμφυτεύματα και ανάπτυξη έναρθρου λόγου, ωστόσο απουσιάζει στη χώρα μας το κοινωνικό πλέγμα υποστήριξης της προσπάθειας των κωφών να λειτουργούν ως ομιλούντες και όχι με τη νοηματική γλώσσα.

ΠΑΓΚΟΣΜΙΑ ΗΜΕΡΑ ΑΜΕΑ

Στις 5/12/2016 στο σχολείο μας την τέταρτη ώρα οι μαθητές όλων των τάξεων συγκεντρώθηκαν στο γυμναστήριο για να παρακολουθήσουν, ενημερωθούν, δράσουν και να ευαισθητοποιηθούν για την Παγκόσμια Ημέρα Αναπηρίας, από την δασκάλα ειδικής αγωγής Τσικριτσή Αικατερίνη.

Η παγκόσμια ημέρα ατόμων με αναπηρία καθιερώθηκε το 1992 με την απόφαση της γενικής συνέλευσης του Ο.Η.Ε και τιμάται στις 3 Δεκεμβρίου.



Στους μαθητές έγιναν βιωματικά παιχνίδια, τα οποία εστίαζαν σε πεδία με προβλήματα όρασης. Στα συγκεκριμένα παιχνίδια, τυπικοί μαθητές με δεμένα τα μάτια τους έπρεπε να βάλουν νερό σε ποτήρια χωρίς το νερό να χυθεί. Στο δεύτερο βιωματικό παιχνίδι έπρεπε να βρουν τα αντικείμενα που είχαν τοποθετηθεί μπροστά τους. Τα αντικείμενα έπρεπε να τα βρουν χρησιμοποιώντας τις άλλες αισθήσεις τους (όπως αφή, όσφρηση, ακοή). Στόχος αυτών των παιχνιδιών ήταν να βρεθούν οι τυπικοί μαθητές στην κατάσταση των μη βλεπόντων και να συνειδητοποιήσουν τις δυσκολίες των συγκεκριμένων μαθητών.

Στη συνέχεια έγινε προβολή δύο βίντεο, όπου το ένα αναφερόταν στην κινητική αναπηρία και το άλλο στην αποδοχή της διαφορετικότητας.

Κόμπου Ελένη, Ευαγγελούλη Άννα, Ζαχαρίου Ιωάννα - ΣΤ΄ 1

Άτομα με ειδικές ανάγκες

Η παγκόσμια Ημέρα Ατόμων με Ειδικές Ανάγκες γιορτάζεται κάθε χρόνο σε ολόκληρο τον πλανήτη στις 3 Δεκεμβρίου.

Οι συμπολίτες μας νιώθουν την ανάγκη για κοινωνικοποίηση όπως όλοι μας! Έτσι, οφείλουμε να τους στηρίξουμε και σε καμιά περίπτωση να τους λυπόμαστε. Η ανεργία και ο κοινωνικός αποκλεισμός τους οδηγεί σε φτώχεια και εξαθλίωση.

Εκτός ,λοιπόν, από την κοινωνία εμείς τα παιδιά ,οι γονείς και το σχολείο ας κάνουμε ένα μεγάλο βήμα να αποβάλλουμε τον ρατσισμό και να κατανοήσουμε ότι τα Άτομα με Ειδικές Ανάγκες θέλουν «Αγάπη» και « ίσα δικαιώματα» στη ζωή.

Κουσιέρας Χάρης, Αβέλα Καλλιόπη ,Πίτσα Δέσποινα, Αβέλας Νίκος - Γ2

Εγκέλαδος ή σεισμός

Σεισμός είναι η δόνηση ή η ξαφνική κίνηση της επιφάνειας της Γης. Ο σεισμός στις περισσότερες περιπτώσεις γίνεται αισθητός από την κίνηση του εδάφους. Μπορεί όμως να τον καταλάβουμε είτε από την κούνημα των φωτιστικών ή τη μετατόπιση των αντικειμένων που βρίσκονται στα ράφια του σπιτιού.



ΟΤΑΝ ΓΙΝΕΤΑΙ ΣΕΙΣΜΟΣ

Αν είστε μέσα στο σπίτι

- Διατηρείστε την ψυχραιμία σας.
- Καλυφθείτε κάτω από κάποιο ανθεκτικό έπιπλο (τραπέζι, γραφείο, θρανίο), γονατίστε και κρατήστε με τα χέρια σας το πόδι του.
- Αν δεν υπάρχει ανθεκτικό έπιπλο, γονατίστε στο μέσον του δωματίου, μειώνοντας όσο γίνεται το ύψος σας και προστατέψτε με τα χέρια το κεφάλι και τον αυχένα σας. Απομακρυνθείτε από μεγάλες γυάλινες επιφάνειες (παράθυρα, γυάλινα χωρίσματα) ή έπιπλα και αντικείμενα που μπορεί να σας τραυματίσουν.
- Μην προσπαθήσετε να απομακρυνθείτε από το σπίτι.
- Μην βγείτε στο παλκόνι.

Αν είστε σε ψηλό κτίριο

- Απομακρυνθείτε από τζάμια και εξωτερικούς τοίχους.



Αν είστε σε χώρο ψυχαγωγίας, εμπορικό κέντρο ή μεγάλο κατάστημα:

- Διατηρείστε την ψυχραιμία σας.
- Μείνετε στο χώρο μέχρι να τελειώσει η δόνηση.
- Μην παρασυρθείτε από το πανικόβλητο πλήθος που κινείται άτακτα προς τις εξόδους γιατί κινδυνεύετε να ποδοπατηθείτε.



Αν βρίσκεστε σε ανοιχτό χώρο

- Απομακρυνθείτε από χώρους που βρίσκονται κάτω από κτίρια, τηλεφωνικά ή ηλεκτρικά καλώδια.

Αν βρίσκεστε μέσα στο αυτοκίνητο

- Καταφύγετε σε ανοιχτό χώρο και σταματήστε με προσοχή το αυτοκίνητο ώστε να μην εμποδίζει την κυκλοφορία.
- Αποφύγετε να περάσετε από σήραγγες, γέφυρες ή υπέργειες διαβάσεις.

ΤΙ ΝΑ ΚΑΝΕΤΕ ΜΕΤΑ ΤΟ ΣΕΙΣΜΟ

- Προετοιμαστείτε για τυχόν μετασεισμούς.
- Ελέγξτε προσεκτικά τον εαυτό σας και τους γύρω σας για πιθανούς τραυματισμούς.
- Αν υπάρχουν βαριά τραυματισμένοι μην τους μετακινείτε.
- Εκκενώστε το κτίριο από το κλιμακοστάσιο (μην χρησιμοποιείτε τον ανελκυστήρα), αφού πρώτα κλείσετε τους διακόπτες του ηλεκτρικού ρεύματος, του φυσικού αερίου και του νερού.
- Καταφύγετε σε ανοιχτό και ασφαλή χώρο.
- Ακολουθείστε τις οδηγίες των αρχών και μην δίνετε σημασία σε φημολογίες.
- Μην χρησιμοποιείτε άσκοπα το αυτοκίνητό σας ώστε να μην γίνετε εμπόδιο στο έργο των συνεργείων διάσωσης.
- Χρησιμοποιείτε το σταθερό ή κινητό τηλέφωνό σας σε εξαιρετικές περιπτώσεις, γιατί προκαλείται υπερφόρτωση των τηλεφωνικών δικτύων.
- Αποφύγετε να μπείτε στο σπίτι σας αν βλέπετε βλάβες, κομμένα καλώδια, διαρροή υγραερίου ή φυσικού αερίου.

(Πηγή: Γενική Γραμματεία Πολιτικής Προστασίας)

Γκουγκουστάμος Γιάννης, Χαδούλης Χρήστος - Γ1

Συνέντευξη ενός αθλητή του τένις

Στο πλαίσιο του μαθήματος Μελέτη του Περιβάλλοντος και στην ενότητα «Ο αθλητισμός είναι πολιτισμός» αναρωτηθήκαμε από ποιον αθλητή θα μπορούσαμε να πάρουμε συνέντευξη. Σκεφτήκαμε ότι ο πιο κοντινός αθλητής είναι ο διευθυντής του σχολείου μας, ο κ. Χρήστος Γκόλτσιος, αφού ασχολείται πάρα πολλά χρόνια με το τένις. Έχει κατακτήσει πολλά τρόπαια: κύπελλα, πρωταθλήματα, μετάλλια, και έχει ασχοληθεί και με την διδασκαλία του.

Στη συνέντευξη που ακολουθεί μάθαμε πολλά πράγματα σχετικά με το τένις και εντυπωσιαστήκαμε:

-Από ποια ηλικία αρχίσατε το τένις;

20 ετών

- Πώς παίζεται το τένις;

Είναι ένα μοναχικό άθλημα και θέλει πολύ προσπάθεια. Απαιτεί ταχύτητα, δύναμη, εκρηκτικότητα, συγκέντρωση και ευφυΐα. Γυμνάζει όμως σώμα και ψυχή. Επίσης είναι ένα ιδιαίτερο άθλημα, καθώς δεν έρχονται σε επαφή τα αντιπάλων και οι θεατές δείχνουν το σεβασμό και την εκτίμησή τους στο σπορ, κάνοντας πάντα ησυχία πριν αρχίσει το σερβίς.



Στο τέλος του αγώνα, άσχετα από το αποτέλεσμα, οι αντίπαλοι δίνουν τα χέρια.

- Έχετε πάθει ποτέ κάποιο σοβαρό ατύχημα, καθώς παίζατε τένις;

Μόνο ένα στραμπούληγμα στο πόδι σε ώρα αγώνα.

- Διδάσκατε πολλά χρόνια τένις;

10 χρόνια στο ΤΕΦΑΑ του Πανεπιστημίου Θεσσαλίας

- Πόσα χρόνια σας πήρε να γίνετε καλός αθλητής;

Μου πήρε 5 - 6 χρόνια

- Ποιοι ήταν οι δάσκαλοι σας;

Οι δάσκαλοι μου ήταν ο Σταύρος Δουβής, και ο Νάσκοβ Ραγκέλοβ.

- Πόσοι τρόποι υπάρχουν για να παίζει κανείς τένις;

Υπάρχει το ατομικό και το ομαδικό τένις.

Ευχαριστούμε τον Διευθυντή μας για τη συνέντευξη που μας παραχώρησε και τα τόσα ενδιαφέροντα πράγματα που μας είπε.

Ζωή - Μαρία Καρακώστα, Άλντο Γκίονα, Θωμάς Κόντος, Κων/να Μπέη - Δ' 1

Θεατρική παράσταση

Την Παρασκευή 9 Δεκεμβρίου πήγαμε στη Λάρισα, στο Θέατρο Τεχνών, για να παρακολουθήσουμε την παράσταση με τίτλο «Παραμύθι χωρίς όνομα» της Πηνελόπης Δέλτα. Εκεί είδαμε έναν βασιλιά, που τα ξόδευε όλα και έπαιρνε τα απαραίτητα

πράγματα από το Θείο του, στο διπλανό κάστρο. Αυτός είχε και μια γυναίκα, την Παλάβω, μια κόρη και έναν γιο. Ο γιος και η κόρη έφυγαν από το κάστρο, γιατί ο πατέρας τους φερόταν παράξενα και εγωιστικά. Στο ταξίδι τους συνάντησαν ένα μικρό και χαριτωμένο σπιτάκι, όπου ζούσε μια γυναίκα με την κόρη της, τη Γνώση.



Η Γνώση συμβούλεψε τον πρίγκιπα να γυρίσει πίσω στο κάστρο. Ο θεός του βασιλιά έκανε πόλεμο, αλλά ο βασιλιάς φοβόταν να τον αντιμετωπίσει. Τέλος, ο γιος νίκησε το Θείο του, έγινε βασιλιάς και παντρεύτηκε τη Γνώση.

Τέλος καλό, όλα καλά...

Μαρία Μπαρμπαγιάννη Δ1

Διατροφή των αρχαίων Ελλήνων

Στην αρχαία ελληνική κοινωνία η οικονομία ήταν μικτή: βασιζόταν στην αγροτική καλλιέργεια και στην κτηνοτροφία. Στην καλλιέργεια κυριαρχούσε η λεγόμενη «μεσογειακή τριάδα»: σιτάρι, λάδι, κρασί.

Στη βάση της διατροφής των αρχαίων Ελλήνων συναντούμε τα δημητριακά από τα οποία παρασκευαζόταν ο άρτος (μείγμα κριθαριού και σιταριού). Τα δημητριακά συνοδεύονταν συνήθως από σπωροκηπευτικά. Χαρακτηριστικό είναι πως η Αθήνα του Περικλή, αποτελούσε το μεγαλύτερο εισαγωγέα σιτηρών του αρχαίου κόσμου: τα φορτία που κατέφθαναν από τη Μαύρη Θάλασσα και

τον Ελλήσποντο ανέρχονταν κατά μέσο όρο σε 17.000 τόνους ετησίως.

Η κατανάλωση κρέατος και θαλασσινών σχετιζόταν με την οικονομική κατάσταση της οικογένειας, αλλά και με το πού κατοικούσε. Γινόταν χρήση κυρίως του ελαιόλαδου και το φανητό συνόδευε κρασί αναμεμειγμένο με νερό.

Πληροφορίες για τις διατροφικές συνήθειες των αρχαίων Ελλήνων μας δίνουν κείμενα, αλλά και απεικονίσεις κεραμικών αγγείων.



Η ΔΙΑΤΡΟΦΗ ΤΟΤΕ ΚΑΙ ΣΗΜΕΡΑ.....

Λίγα πράγματα της καθημερινής ζωής έχουν οι σημερινοί Έλληνες κοινά με τους Αθηναίους των αρχαίων χρόνων.

Τότε δεν υπήρχε το ούζο, το ρύζι, η ζάχαρη, το καλαμπόκι, ο καφές, οι ντομάτες, οι μελιτζάνες, οι πιπεριές, οι μπάμιες και φυσικά οι πατάτες.

Στα συμπόσια των αρχαίων Ελλήνων τα τραπέζια ήταν βαρυφορτωμένα και το κρασί άφθονο.

Ας δούμε το χορταστικό μενού ενός πλούσιου δείπνου στην Αθήνα του 5ου αιώνα π.Χ. : λαγός μαγειρεμένος με μέντα και θυμάρι, αρνάκι σούβλας με θυλήματα, ψητά ορτύκια, χέλια και ψάρια, θαλασσινά, βραστοί βολβοί, ραπανάκια, πίτες, αλμυρά τσουρέκια, γλυκίσματα από ψιλοκοσκινισμένο αλεύρι πασπαλισμένα με μελωμένο κρασί και σουσάμι, σύκα και μέλι.

Ο Έλληνας, πριν βγει από το σπίτι, έτρωγε κάτι λιτό: το «ακράτισμα», που ήταν συνήθως λίγο ψωμί βουτηγμένο σε ανέρωτο κρασί, το λεγόμενο «άκρατο οίνο».

Κατά τη διάρκεια της ημέρας έπαιρναν ακόμα τρία γεύματα: το «άριστον»

(μεσημεριανό), το δειλινό και το δείπνο στο τέλος της ημέρας.

Οι σαλάτες τους γίνονταν πάντα από υλικά που είχαν θεραπευτικές ιδιότητες και τα οποία δεν έβραζαν για να μην χάσουν τις βιταμίνες τους.

Τους άρεσαν πολύ τα όσπρια και καθημερινά έτρωγαν σκόρδα και κρεμμύδια.

Έλενα Κόμπου, Σωτήρης Αβέλλας, Κων/νος Ρακατσάνης, Δημήτρης Αγραφιώτης, Νίνο Γκιόζι, Γιάννης Μηλιώνης - ΣΤ1

Ξέρετε ότι η 18η Οκτωβρίου είναι η Παγκόσμια Ημέρα Υγιεινής Διατροφής;

Ας διαβάσουμε μερικές παροιμίες του σοφού λαού μας για τη διατροφή :

- Ένα μήλο την ημέρα τον γιατρό τον κάνει πέρα.
- Μεγάλη μπουκιά φάε, μεγάλη κουβέντα μη λες.
- Όποιος ανακατεύεται με τα πίτουρα, τον τρώνε οι κόττες.
- Τα λόγια σου με χόρτασαν και το ψωμί σου φάτο.
- Των φρονίμων τα παιδιά, πριν πεινάσουν μαγειρεύουν.
- Όποιος δε θέλει να ζυμώσει, δέκα μέρες κοσκινίζει.
- Μάθε τέχνη κι άστηνε και άμα πεινάσεις πιάστηνε.
- Το ψάρι βρωμάει απ το κεφάλι.
- Το μικρό ψάρι τρώει το μικρό.
- Και την πίτα ολόκληρη και το σκύλο χορτάτο.
- Όποιος έχει καεί στο χυλό φυσάει και το γιαούρτι.
- Νηστικό αρκούδι δε χορεύει.
- Τι είναι ο κάβουρας τι είναι το ζουμί του.
- Όπου ακούς πολλά κεράσια, κράτα και μικρό καλάθι.
- Από πίτα που δεν τρως τι σε νοιάζει κι αν καεί;
- Ο νηστικός καρβέλια ονειρεύεται.

Σωτήρης Αβέλλας - ΣΤ1

Η σχολική μας γιορτή για την 28η Οκτωβρίου

Όπως κάθε χρόνο έτσι και φέτος την παραμονή της 28ης Οκτωβρίου, για να τιμήσουμε τους ήρωες του 1940, κάναμε μια όμορφη σχολική γιορτή.



Η γιορτή περιλάμβανε προσευχή, ομιλία από τη δασκάλα της Γ1 τάξης κα. Ελένη Τσαούση και παράδοση της σημαίας στους μαθητές της Στ' τάξης από τον υποδιευθυντή του σχολείου κ. Θανάση Ζυγούρη. Τα παιδιά των



Γ' και Δ' τάξεων ετοίμασαν σχετικά με την επέτειο σκετς, όπως: «Ο πόλεμος δεν ήταν παραμύθι» και άλλα. Τα παιδιά της Ε' τραγούδησαν ηρωικά τραγούδια. Η γιορτή έκλεισε με τον Εθνικό Ύμνο.

Τη μουσική επιμελήθηκε η δασκάλα Μουσικής του σχολείου μας κα. Κατερίνα Βελεσιώτου.

Στη γιορτή ήταν καλεσμένοι οι γονείς των παιδιών και αρκετοί επίσημοι. Ήταν όλοι ενθουσιασμένοι και χειροκροτούσαν μετά από κάθε σκετς ή τραγούδι. Στο τέλος της γιορτής όλοι πήγαν να συγχαρούν τα παιδιά και τους δασκάλους της Γ' και Δ' τάξης που οργάνωσαν μια τόσο ωραία γιορτή.



Όλα τα παιδιά νιώσαμε ευγνωμοσύνη για τους ήρωες του 1940 που πολέμησαν για την λευτεριά.

Καλλιόπη Λιάπη Δ1-



Μεσογειακή Διατροφή

Μεσογειακή διατροφή είναι όρος που επινοήθηκε από τον φυσιολόγο Άνσελ Κις για να περιγράψει το μοντέλο διατροφής, το οποίο ακολούθησαν οι λαοί των μεσογειακών χωρών που συμπεριλαμβάνονταν στην Μελέτη των Επτά Χωρών. (Ιταλία, Ελλάδα, Ισπανία κ.α.).

Στη Διεθνή Διάσκεψη για τις Μεσογειακές Διατροφές το 1993 αποφασίστηκε τι θα θεωρείται υγιεινή, παραδοσιακή, Μεσογειακή διατροφή. Το 1995 μια ομάδα επιστημόνων του Πανεπιστημίου Χάρβαρντ

δημιούργησε την " Πυραμίδα της Μεσογειακής Διατροφής".

Τις τελευταίες δεκαετίες, η επιστημονική κοινότητα έχει αναγνωρίσει, μέσα από πληθώρα κλινικών και επιδημιολογικών μελετών, το σημαντικό ρόλο της Μεσογειακής Διατροφής, τόσο στην πρόληψη όσο και στην έκβαση πολύπλοκων ασθενειών, όπως οι καρδιαγγειακές παθήσεις.

Η Πυραμίδα της Μεσογειακής Διατροφής περιλαμβάνει 3 επίπεδα ανάλογα με τη



συχνότητα κατανάλωσης των συγκεκριμένων τροφίμων.

Στη βάση της βρίσκονται τα τρόφιμα που πρέπει να καταναλώνονται καθημερινά και σε σημαντικές ποσότητες, ενώ στην κορυφή είναι όσα πρέπει να καταναλώνονται σπάνια και σε μικρές ποσότητες.

Καθημερινά:

- Δημητριακά και τα προϊόντα τους (ρύζι, ζυμαρικά, ψωμί, κτλ). Παρέχουν ενέργεια, είναι χαμηλά σε λίπος, βοηθούν στην καλή λειτουργία του εντέρου και μειώνουν τη χοληστερόλη.
- Φρούτα και λαχανικά. Αποτελούν καλή πηγή αντιοξειδωτικών και πολλών βιταμινών, ενώ δρουν προστατευτικά ενάντια στα καρδιαγγειακά νοσήματα και διάφορες μορφές καρκίνου.

- Όσπρια και ξηροί καρποί. Έχουν πολλές φυτικές ίνες και βιταμίνες δίνοντας ενέργεια στον οργανισμό.
- Ελαιόλαδο. Προστατεύει ενάντια στη στεφανιαία νόσο, μειώνει τα επίπεδα της «κακής» χοληστερόλης, ενώ αυξάνει την «καλή χοληστερόλη».

Λίγες φορές την εβδομάδα:

- Ψάρια, πουλερικά, αυγά, γλυκά, κρέας.

Λίγες φορές το μήνα:

- Λίπη και ζάχαρη

Γιάννης Γκιλέκας, Σωτήρης Αβέλλας, Ξρόσω Ζιάκα, Ιωάννα Ζαχαρίου - ΣΤ1

Γιορτή 17^{ης} Νοέμβρη

Στις 17 Νοεμβρίου τα τμήματα Ε1 και Ε2 παρουσίασαν τα θεατρικά « Ο μικρός Δικτατορίσκος» και το « Καφενείο η Ελλάς»(τα θεατρικά αυτά τα συνόδεψε η χορωδία της Δ' και της ΣΤ' τάξης.) Πριν από αυτά μάλιστα έγινε η ομιλία της Κυρίας Ελένης Ντέλλα και του διευθυντή του σχολείου μας του κ. Χρήστου Γκόλτσιου. Την περισσότερη βοήθεια για αυτά τα θεατρικά (και την χορωδία) μας έδωσαν οι δάσκαλοι:

1. Κος. Αθανάσιος Ζυγούρης
2. Κ. Ελένη Ντέλλα
3. Η μουσικός μας κ. Κατερίνα Βελισιώτου
4. Η κ. της Θεατρικής Αγωγής Κ. Μαρία Βόγια

Στο θεατρικό « Ο μικρός Δικτατορίσκος »πήραν μέρος

Δικτατορίσκος: Κωνσταντής Μηλιώνης

Λοχαγός: Αντώνης Παππής

Μάνα: Φωτεινή Τσαντοπούλου

Μουσίτσας: Ηλίας Κιοσές

Βαλίτσας: Εντόι Νταλιμπάι

Αυτό το θεατρικό το συνόδεψε ο χορός που ήταν Γιολάντα Τσάλα, Δέσποινα Πετρική, Χριστιάνα Κιεβάνι, Μαριτίνα Κουρκούμπα, Ευαγγελία Λιάνου, Έλενα Κουφοδήμου ,

Λυδία Αηδόνη, Βασιλική Δράμη, Δέσποινα Δέλκου, Αναστασία Τέρπου

Οι αφηγητές αυτού του έργου ήταν :

Η Ντέπη Κουσιέρα

Ο Φράνκο Κούλι

Στο « Καφενείο η Ελλάς» πήραν μέρος :

Αφηγήτρια 1: Αηδόνη Λυδία

Αφηγήτρια 2: Κουφοδήμου Έλενα

Αφηγήτρια 3: Πετρική Δέσποινα

Καφετζής: Γιώργος Κόμπος

Ειρήνη: Στέλλα Νέδου

Οι δύο ασφαλίτες : Άλεξ Γκιόζι και Κέβι Κιεβάνι

Λευτέρης: Νικόλας Τσιαμπαλής

Κώστας: Άγγελος Γκιέλι

Θαμώνες Α: Γιάννης Κότας

Θαμώνες Β: Ευτύχης Κατσάνης

Θαμώνες Γ: Γιάννης Γκόγκας

Θαμώνες Δ: Άκης Δουλαπτσής

Η χορωδία που μας συνόδεψε ήταν πολύ καλή και τα θεατρικά βγήκαν με μεγάλη επιτυχία.

Λυδία Αηδόνη, Στέλλα Νέδου, Μαριτίνα Κουρκούμπα, Γιολάντα Τσάλα, Έλενα Κουφοδήμου, Βασιλική Δράμη, Ευαγγελία Λιάνου - Ε1

Το eTwinning

Φέτος, για πρώτη φορά το σχολείο μας συμμετείχε στο eTwinning.

Αλλά τι είναι το eTwinning;

Το eTwinning είναι η Κοινότητα για τα σχολεία της Ευρώπης. Εκπαιδευτικοί από όλες τις χώρες που συμμετέχουν, μπορούν να εγγραφούν και να χρησιμοποιήσουν τα διαδικτυακά εργαλεία του eTwinning για να βρεθούν μεταξύ τους, να συναντηθούν εικονικά, να αλλάξουν ιδέες και παραδείγματα πρακτικής.

Το eTwinning προάγει τη συνεργασία των σχολείων στην Ευρώπη μέσω της χρήσης των Τεχνολογικών Πληροφορίας και Επικοινωνίας παρέχοντας υποστήριξη, εργαλεία και υπηρεσίες για σχολεία.

Σήμερα το eTwinning είναι ίσως το μεγαλύτερο δίκτυο εκπαιδευτικών στην ιστορία της εκπαίδευσης.

Μια από τις προτεραιότητες του eTwinning είναι να παρέχει στα σχολεία της Ευρώπης ένα ασφαλές περιβάλλον για δικτύωση και συνεργασία. Καθώς η περισσότερη δουλειά γίνεται διαδικτυακά, εγγυάται στους εκπαιδευτικούς και στους μαθητές μια προστατευμένη περιοχή όπου η δουλειά τους παραμένει απόρρητη και στην οποία δεν έχουν πρόσβαση εξωτερικοί χρήστες.

Φέτος το σχολείο μας συνδέθηκε στο eTwinning με τα σχολεία της Πολωνίας, Ουκρανίας, Ρουμανίας, για τη δημιουργία ενός έργου με τίτλο: «Our Saints» (Οι Άγιοι μας).

Τα παιδιά της ΣΤ' τάξης: Δημήτρης Αγραφιώτης, Ευφροσύνη Ζιάκα, Αγορίτσα Λυγούρα αγιογραφήσαμε 5 αγίους της εκκλησίας μας: Άγιος Δημήτριος, Αγία Ευφροσύνη, Αγία Παρασκευή, Αγία Μαρίνα και Άγιος Παΐσιος και γράψαμε λίγα λόγια για κάθε Άγιο στα ελληνικά και στα αγγλικά.

Η εργασία έγινε σε μορφή Power Point και ανέβηκε στο eTwinning.

Τα σχόλια από τις άλλες χώρες που συμμετείχαν ήταν πολύ ενθαρρυντικά.

Στη συνέχεια θα δημιουργηθεί ηλεκτρονικό βιβλίο με το ίδιο θέμα.

Όλο το πρόγραμμα το ξεκίνησε η δασκάλα της Μουσικής κα. Κατερίνα Βελεσιώτου και συμμετείχε η κυρία μας.

Στη μετάφραση των κειμένων στα Αγγλικά μας βοήθησε η κυρία των Αγγλικών Σοφία Καϊάφα.

*Ευφροσύνη Ζιάκα, Δημήτρης Αγραφιώτης
Αγορίτσα Λυγούρα - ΣΤ1*

«Το παραμύθι χωρίς όνομα»

Την Παρασκευή 9 Δεκεμβρίου 2016, μέσα στα πλαίσια της εκδρομής που πραγματοποιήθηκε στη Λάρισα, οι μαθητές των Γ', Δ, Ε' και ΣΤ' τάξεων παρακολούθησαν την θεατρική παράσταση «Το παραμύθι χωρίς όνομα», που παίζεται στο Θέατρο Τεχνών.

Είχε σαν θέμα το ψέμα. Μας έδωσε να καταλάβουμε πως δεν είναι σωστό να λέμε ψέματα, γιατί μας δημιουργούνε μπελάδες.

Τους μαθητές συνόδεψαν οι δάσκαλοι των τάξεων.

Μαρία Σανδάλη - Δ1

«Υπηρέτης δυο αφεντάδων»

Το σχολείο μας οργάνωσε την παρακολούθηση της θεατρικής παράστασης «Υπηρέτης δύο αφεντάδων» στην αίθουσα του παλιού Δημαρχείου για όλες τις τάξεις.



Το θέατρο που παρακολουθήσαμε, μια κωμωδία με αριστουργηματική πλοκή, παίχτηκε για πρώτη φορά στην Ιταλία. Γράφτηκε το 1745 και πρωτοπαίχτηκε ένα χρόνο μετά στη Βενετία με μεγάλη επιτυχία.



Ο συγγραφέας του έργου ήταν ο Κάρλο Γκολντόνι. Αυτός ήταν ένας μεγάλος θεατρικός συγγραφέας, τρυφερός αλλά και απόλυτα λαϊκός και δημοκρατικός. Το νόημα της παράστασης είναι ότι το ψέμα οδηγεί πάντα σε μπελάδες.

Ευτυχώς, ο υπηρέτης Τρουφαλδίνο ξεπέρασε όλες τις δυσκολίες, χάριν της εξυπνάδας του και της ανάγκης για χρήματα.

Στο τέλος η Βεατρίκη Ρασπόνι με τον Πανταλόνε παντρεύτηκαν και έζησαν αυτοί καλά κι εμείς καλύτερα.

Χριστιάνα Κιεβάνι, Δέσποινα Πετρίκη, Ντέφυ Κουσιέρα - Ε2

10 facts about you...

1. You're reading this right now.
2. You're realizing that is a stupid fact.
4. You didn't notice I skipped three.
5. You're checking now.
6. You're smiling.
7. You're still reading this even though it's stupid.
9. You didn't realize I skipped eight.
10. You're checking again and smiling about how you fell for it again.
11. You're enjoying this.
12. You didn't realize there's only supposed to be ten facts.



Students of the sixth grade:

Ziaka, Evaggelouli, Zachariou, Kombou, Lygoura - ΣΤ1



Γλωσσοδέτες

Φίλος έδωσε σε φίλο τριαντάφυλλο με φίλο.

Φίλε φύλαγε το φύλλο, μην το δώσεις σε άλλο φίλο.

Ανεβαίνω, κατεβαίνω,

μπαινοβγαίνω κι

ανεβομπαινοβγαίνοκατεβαίνω.

Βρίσκω πόρτες κλειδωτές,

κλειδωμένες και

κλειδαροαμπαρωμένες.

Οι σπανοί Ισπανοί εις πανί εξωγράφισαν

ισπανικόν στρατόν εις πανικόν.

Οι σπανοί Ισπανοί, εις πανί ισπανικό,

εις πανικό ισπανικό εξωγράφουν.



Ανέκδοτα

Γιατί οι πόντιοι κοιμούνται με το πόδι πάνω;
Για να βάζουν τρικλοποδιά στα κουνούπια!

Γιατί οι πόντιοι ψαρεύουν τη νύχτα;

Για να πιάσουν τα ψάρια στον ύπνο!

Λέει ο δάσκαλος στον Τοτό:

- Αν στην μία τσέπη έχεις 10 ευρώ, και στην άλλη 5, τι σημαίνει αυτό;

- Πως φοράω το παντελόνι κάποιου άλλου, κύριε!!

Γυναίκα: Που είναι τα παιδιά;

Άντρας: Στα Αγγλικά

Γυναίκα: Where are the kids;

Μια ξανθιά μπαίνει σε ένα ταξί.

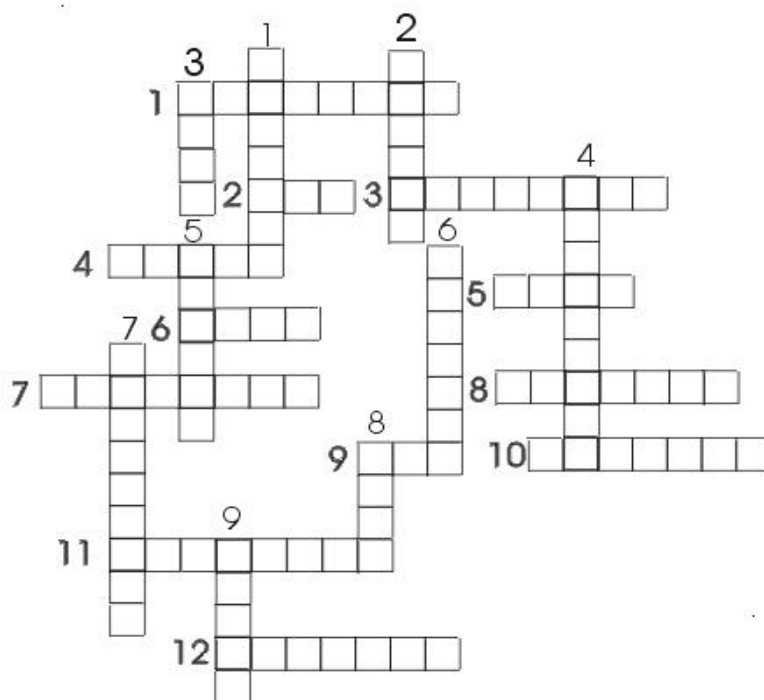
Λέει ο ταξιτζής: Πού πάμε;

Και λέει αυτή: Γιατί θα έρθεις και εσύ;

Αντώνης Παππής, Ηλίας Κιόσε, Νίκος Τσιαμπαλής, Άλεξ Γκιόζι - Ε' 1

ΟΡΙΖΟΝΤΙΑ

1. Το χωράφι με ελιές
2. Μικρό δοχείο λαδιού
3. Είναι το λάδι στη γεύση
4. Έτσι λέγεται αυτό που πουλάει λάδι.
5. Το λάδι είναι...
6. Το δέντρο θέλει για να ζήσει...
7. Αλλιώς το ελαιοτριβείο
8. Το βάζουν στα αρώματα
9. Αγαπά το πολύ...
10. Βάζουμε το λάδι σε...
11. Ποικιλία ελιάς
12. Γράφει γι' αυτήν και στην...



ΚΑΘΕΤΑ

1. Αυτός που έχει πολύ λάδι
2. Απλώνω κάτι με λάδι
3. Έτσι ονομάζεται ο καρπός του δέντρου
4. Ελιά και λάδι δίνουν ...
5. Η ελιά είναι ένα ...
6. Αυτοί ασχολούνται με την καλλιέργειά της
7. Έχει μέσα ο καρπός...
8. Το λιόδεντρο ζει στη ...
9. Λάδι και ελιές πλούσια στη διατροφή μας για να έχουμε καλή ...

Αντώνης Παπής, Ηλίας Κίοσε, Νίκος Τσιampaλής, Άλεξ Γκιάζι - Ε1

Το κρυπτόλεξο των ζώων



ΛΕΞΕΙΣ

- ΧΗΝΑ
- ΓΑΪΔΑΡΟΣ
- ΠΑΠΙΑ
- ΓΟΥΡΟΥΝΙ
- ΑΓΕΛΑΔΑ
- ΓΑΤΑ
- ΣΚΥΛΟΣ
- ΚΟΚΟΡΑΣ
- ΠΑΠΑΓΑΛΟΣ
- ΚΑΤΣΙΚΙ
- ΧΡΥΣΟΨΑΡΟ
- ΑΛΟΓΟ
- ΠΟΝΤΙΚΙ
- ΧΕΛΩΝΑ
- ΚΑΝΑΡΙΝΙ
- ΠΡΟΒΑΤΟ
- ΦΙΔΙ

**Χρόνια πολλά
και
καλά Χριστούγεννα !!!**



**Happy
New
Year !!!**

