

Χριστίνα Αποστολίδη



ΚΑΘΕ  
ΕΠΟΧΗ



ΜΙΑ  
ΒΟΛΤΑ



εικονογράφηση: Γιώτα Κοκκόση



# ΤΕΥΧΟΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΩΝ

Δημιουργήθηκε από τη Χριστίνα Αποστολίδη

# Βόλτες κι εποχές

Πριν ακόμα ανοίξεις το βιβλίο, παρατήρησε το εξώφυλλο. Τι μπορεί να σημαίνει ο τίτλος “Κάθε εποχή μια βόλτα”; Ποιες είναι οι αγαπημένες σου βόλτες; Αλλάζουν τα μέρη όπου πας βόλτα ανάλογα με την εποχή;

Με ποιες εποχές ταιριάζουν περισσότερο οι παρακάτω βόλτες; Μπορείς να αντιστοιχίσεις μια βόλτα με δυο ή περισσότερες εποχές!

Βόλτα στη θάλασσα

Βόλτα στο δάσος

Βόλτα στο πάρκο

Βόλτα στα μαγαζιά

Βόλτα στο βουνό

Βόλτα στην παιδική χαρά

Βόλτα στην πλατεία

Βόλτα στο μουσείο

Βόλτα στο λιμάνι

Βόλτα στη γειτονιά

Βόλτα στον παιδότοπο

Βόλτα στα χιόνια

ΧΕΙΜΩΝΑΣ

ΑΝΘΙΕΣ

ΚΑΛΟΚΑΙΡΙ

ΦΘΙΝΟΠΟΡΟ

# Ο κύκλος των εποχών

Μπορείς να χρησιμοποιήσεις αυτή τη σελίδα με δύο τρόπους:

1. Ψάξε και κύκλωσε τα πράγματα που ταιριάζουν στο καλοκαίρι με **κίτρινο**, στο φθινόπωρο με **γαλάζιο**, στον χειμώνα με **κόκκινο** και στην άνοιξη με **πράσινο**.
2. Χρωμάτισε, κόψε και χώρισε τις παρακάτω εικόνες σε 4 ομάδες: καλοκαίρι, φθινόπωρο, χειμώνα και καλοκαίρι. Κόλλησε την κάθε ομάδα στο αντίστοιχο τμήμα του κύκλου των εποχών στην επόμενη σελίδα.



# Ο κύκλος των εποχών

ΑΝΟΙΞΗ

\*ΑΛΟ\*ΑΙΡΙ

ΦΘΙΝΟΠΟΡΟ

ΧΕΙΜΩΝΑΣ

# Το μεμο των εποχών

Τύπωσε αυτή τη σελίδα δυο φορές για να φτιάξεις το παιχνίδι μνήμης των εποχών. Πλαστικοποίησε ή κόλλησε τις σελίδες σε χαρτόνι, κόψε τις κάρτες και ξεκίνα το παιχνίδι!



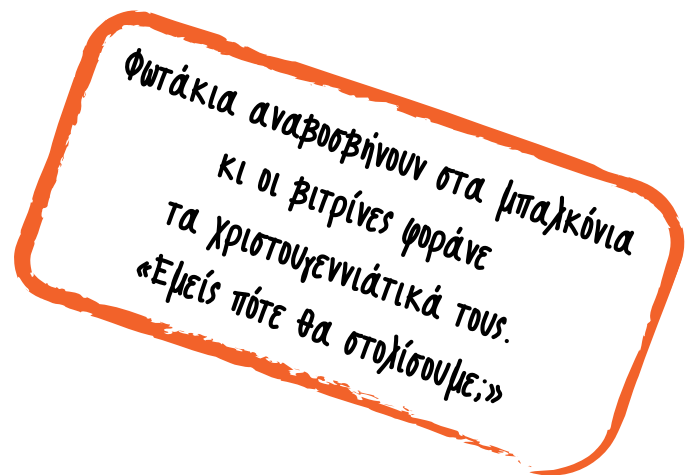
Οι κάρτες τοποθετούνται κλειστές σε μια επιφάνεια. Ο πρώτος παίκτης ανοίγει δύο κάρτες. Αν είναι ίδιες, κερδίζει τις κάρτες. Αν όχι, τις ξαναβάζει κλειστές στο ίδιο σημείο. Συνεχίζει ο επόμενος παίκτης. Κερδίζει ο παίκτης με τις περισσότερες κάρτες.

Παίξε online!



# Τι είναι χειμώνας;

Γράψε ή ζωγράφισε όλα όσα για σένα  
σημαίνουν χειμώνας!



# ΧΕΙΜΩΝΑΣ



# Το κρυπτόλεξο του χειμώνα

|   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| A | Φ | Υ | A | O | X | I | B | Γ | Z | N | N |
| Π | Π | K | O | Υ | P | A | M | Π | I | E | Σ |
| O | X | P | Ξ | B | I | P | N | Ξ | Δ | Γ | K |
| K | Γ | Σ | Ω | Σ | Σ | N | A | Δ | E | A | Γ |
| P | M | Δ | K | T | T | Γ | H | Δ | N | Γ | M |
| I | Φ | E | Γ | O | O | Π | T | Ω | T | Γ | M |
| E | Υ | Υ | A | Ψ | Υ | X | A | P | P | E | Γ |
| Σ | Γ | O | N | A | Γ | Φ | P | A | O | Λ | Ω |
| P | Ω | E | T | I | E | K | O | O | P | A | H |
| X | I | X | I | O | N | I | Ψ | Σ | N | K | N |
| P | Φ | K | A | P | N | A | B | A | Λ | I | H |
| T | E | K | A | Λ | A | N | T | A | Λ | A | A |

ΧΙΟΝΙ, ΣΚΟΥΦΟΣ, ΓΑΝΤΙΑ, ΧΡΙΣΤΟΥΓΕΝΝΑ,  
ΔΕΝΤΡΟ, ΔΩΡΑ, ΚΟΥΡΑΜΠΙΕΣ, ΠΡΩΤΟΧΡΟΝΙΑ,  
ΚΑΛΑΝΤΑ, ΑΓΓΕΛΑΚΙΑ, ΑΠΟΚΡΙΕΣ, ΚΑΡΝΑΒΑΛΙ

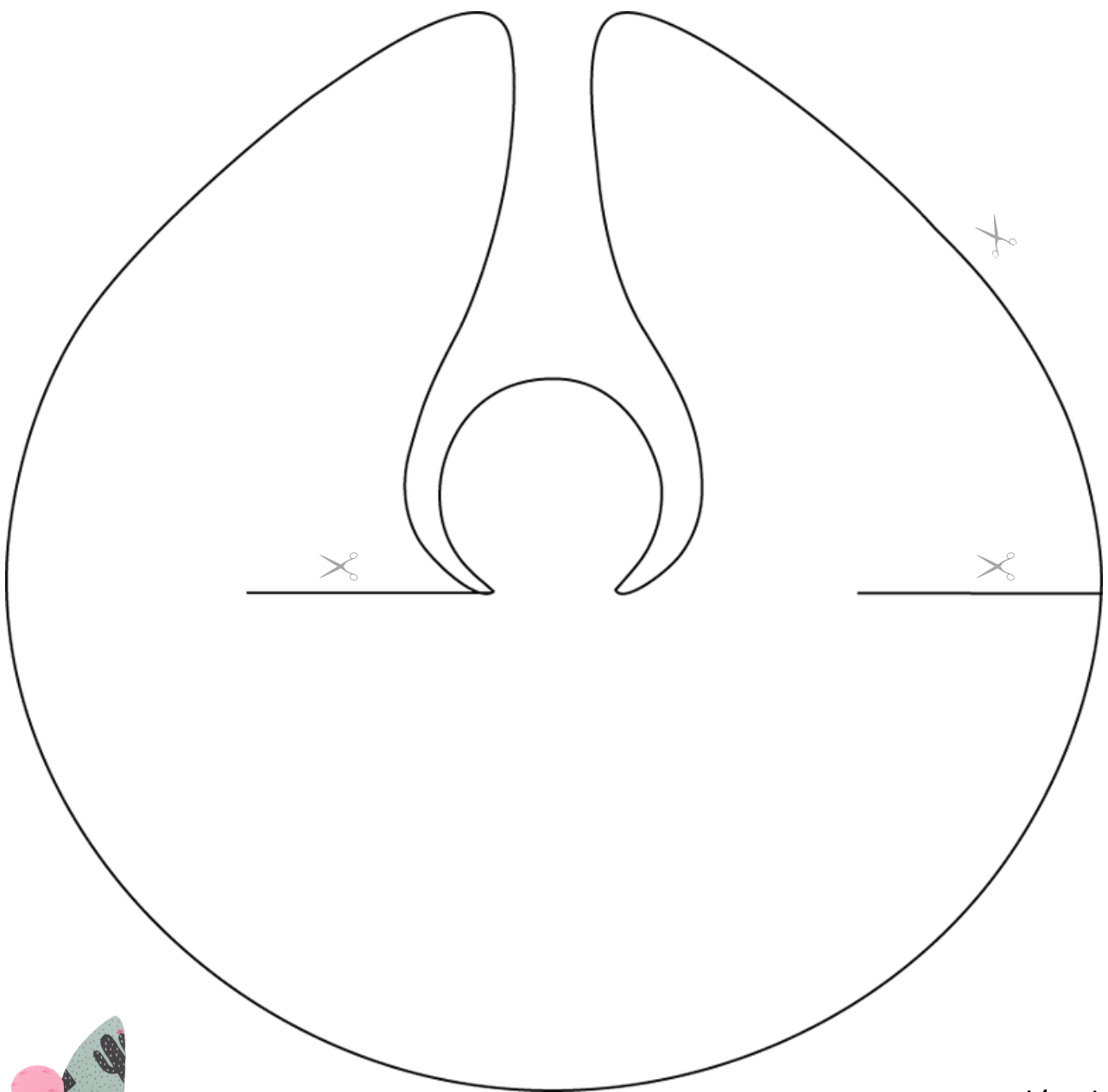
Παίξε online!



# Χειμώνας σημαίνει... αγγελάκια!

Κρεμασμένα στο χριστουγεννιάτικο δέντρο ή σχηματισμένα στο χιόνι (όταν ξαπλώνουμε κι ανοιγοκλείνουμε χέρια και πόδια), τα αγγελάκια έχουν την τιμητική τους τον χειμώνα!

Φτιάξε το δικό σου αγγελάκι κόβοντας και χρωματίζοντας το παρακάτω σχήμα ή χρησιμοποιώντας το σαν πατρόν για να κόψεις ένα αγγελάκι από χρωματιστό ή μεταλιζέ χαρτί. Κόψε πάνω στις δυο γραμμές, τύλιξε τα φτερά προς τα πίσω ώστε να περάσεις τη μια εγκοπή μέσα στην άλλη και το αγγελάκι είναι έτοιμο!

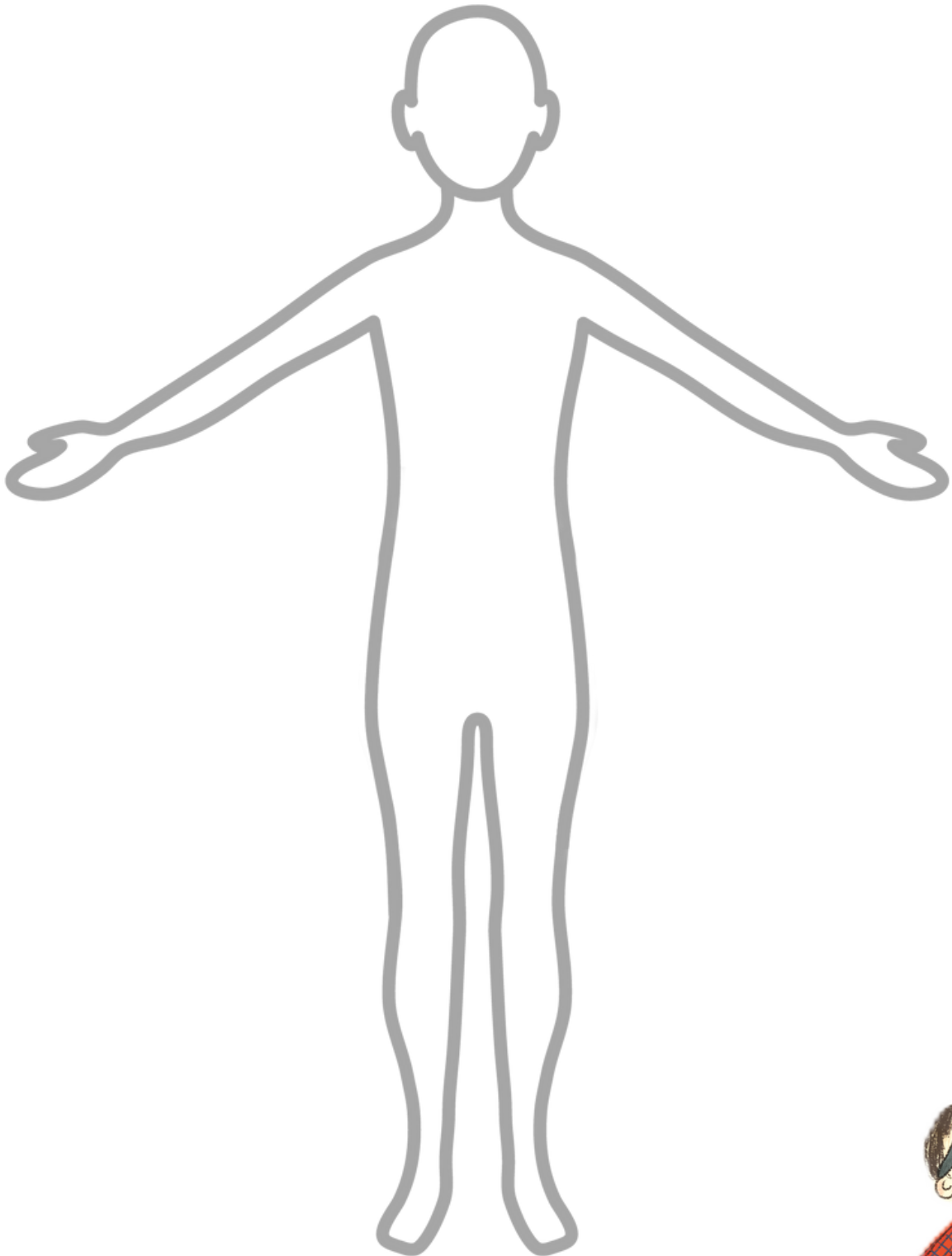


Βίντεο με οδηγίες



# Χειμώνας σημαίνει... Απόκριες!

Εσύ ποιος σούπερ ήρωας ή ηρωίδα θα ντυθείς αυτές τις Απόκριες; Φτιάξε τον δικό σου σούπερ ήρωα ή ηρωίδα χρησιμοποιώντας το ανθρωπάκι παρακάτω. Μην ξεχάσεις να του προσθέσεις μάσκα, κάπα κι ό,τι άλλο θέλεις εσύ!



Χριστίνα Αποστολίδη, "Κάθε εποχή μια Βόλτα", Εκδ. Ψυχογιός  
Εικόνα: Γιώτα Κοκκόση



# Τι είναι άνοιξη;

Γράψε ή ζωγράφισε όλα όσα για σένα  
σημαίνουν άνοιξη!

Αγριοχούλουδα άνθισαν στη  
διπλανή αλάνα. Χαρούμενη  
η σκυλίτσα σου κυνηγάει πεταλούδες,  
άσπρες, κίτρινες, πορτοκαλί.

# ΑΝΟΙΞΗ



# Το κρυπτόλεξο της άνοιξης

|   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| N | K | Π | Π | Σ | Χ | Λ | Λ | Π | Χ |
| B | M | A | P | Ξ | P | A | O | E | E |
| A | P | Σ | A | A | Ω | M | Υ | T | Λ |
| P | N | Χ | Σ | Σ | M | Π | Λ | A | I |
| Ω | Π | A | I | Ψ | A | A | O | Λ | Δ |
| M | A | Λ | N | Χ | T | Δ | Υ | O | O |
| A | B | I | O | E | A | A | Δ | Υ | N |
| T | Γ | T | Π | E | Ω | Λ | I | Δ | I |
| A | O | Σ | Ξ | Σ | Υ | Σ | A | A | Ξ |
| Φ | P | A | O | Υ | Λ | A | H | Π | K |

ΑΝΑΝΕΩΣΗ, ΠΡΑΣΙΝΟ, ΛΟΥΛΟΥΔΙΑ, ΑΡΩΜΑΤΑ,  
ΧΡΩΜΑΤΑ, ΧΕΛΙΔΟΝΙ, ΠΑΣΧΑΛΙΤΣΑ, ΦΡΑΟΥΛΑ,  
ΠΕΤΑΛΟΥΔΑ, ΠΑΣΧΑ, ΛΑΜΠΑΔΑ, ΑΒΓΟ

Παίξε online!



# Άνοιξη σημαίνει... λουλούδια!

Την άνοιξη ανθίζουν πολλά αγριολούλουδα σε κήπους, αλάνες, πάρκα και δάση. Βγαίνουμε έξω με μεγεθυντικούς φακούς και τα παρατηρούμε.

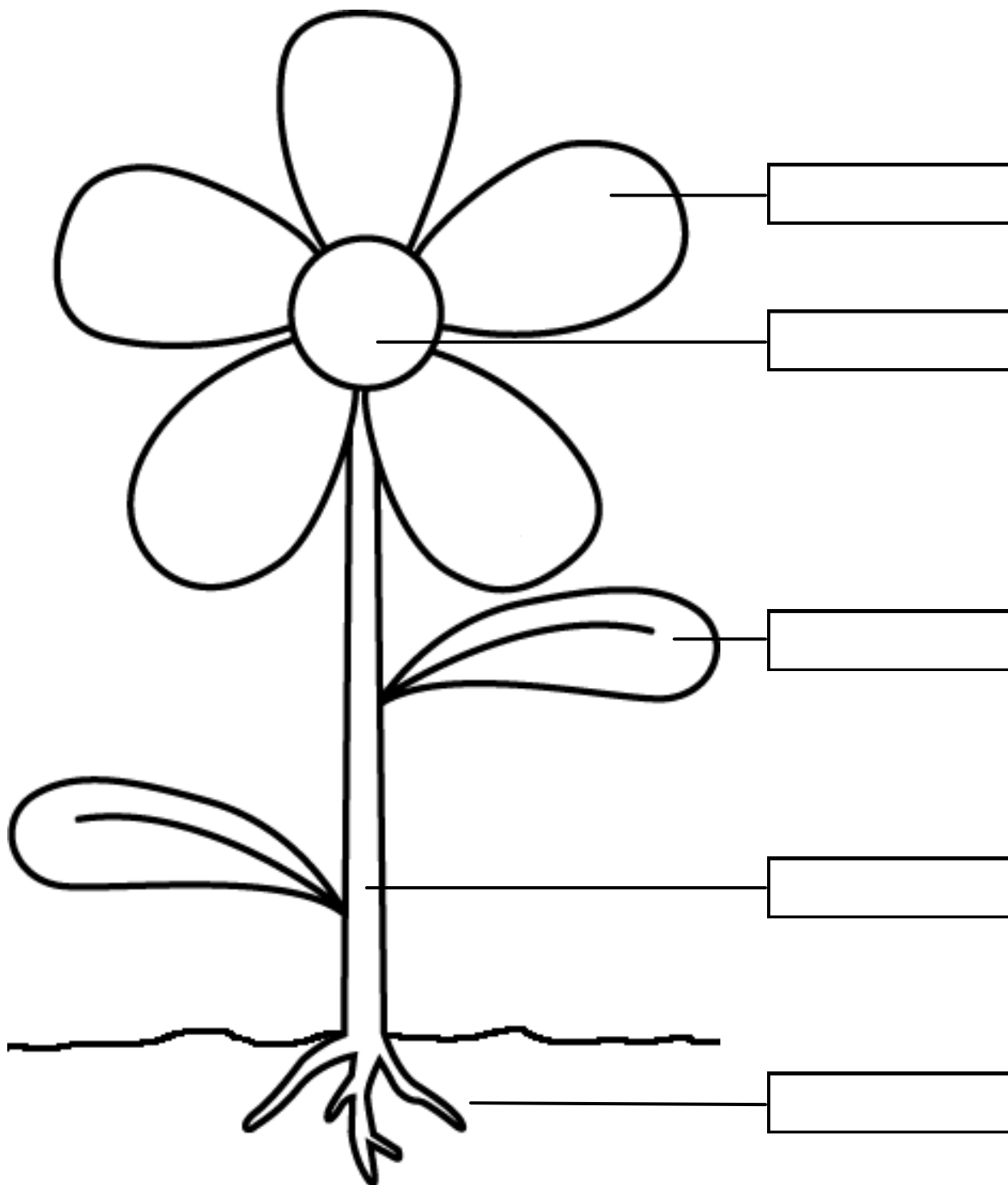
Βγάζουμε αν μπορούμε ένα λουλούδι από τη ρίζα του, για να συζητήσουμε τα διάφορα μέρη του και τον ρόλο τους:

- Η **ρίζα** μεταφέρει νερό και θρεπτικά συστατικά από το έδαφος στο φυτό και το κρατά στερεωμένο στο έδαφος.
- Ο **μίσχος** επίσης μεταφέρει θρεπτικά συστατικά στο φυτό και στηρίζει τα φύλλα και τα λουλούδια, ώστε να ανεβαίνουν από το έδαφος προς το φως.
- Τα **φύλλα** χρησιμοποιούν ενέργεια από το φως του ήλιου για να φωτοσυνθέτουν παράγοντας οξυγόνο και σάκχαρα που θρέφουν το φυτό.
- Τα **πέταλα** συχνά έχουν έντονο χρώμα για να προσελκύουν τα έντομα που κάθονται πάνω στη **γύρη** για να τραφούν και, μεταφέροντάς την με τα πόδια τους, βοηθούν στην αναπαραγωγή του φυτού.

Στη συνέχεια, χρωματίζουμε και ονομάζουμε τα μέρη του λουλουδιού στην επόμενη σελίδα.



# Τα μέρη του λουλουδιού



|        |      |        |
|--------|------|--------|
| πέταλα | γύρη | μίσχος |
| φύλλα  | ρίζα |        |

# Άνοιξη σημαίνει... Πάσχα!

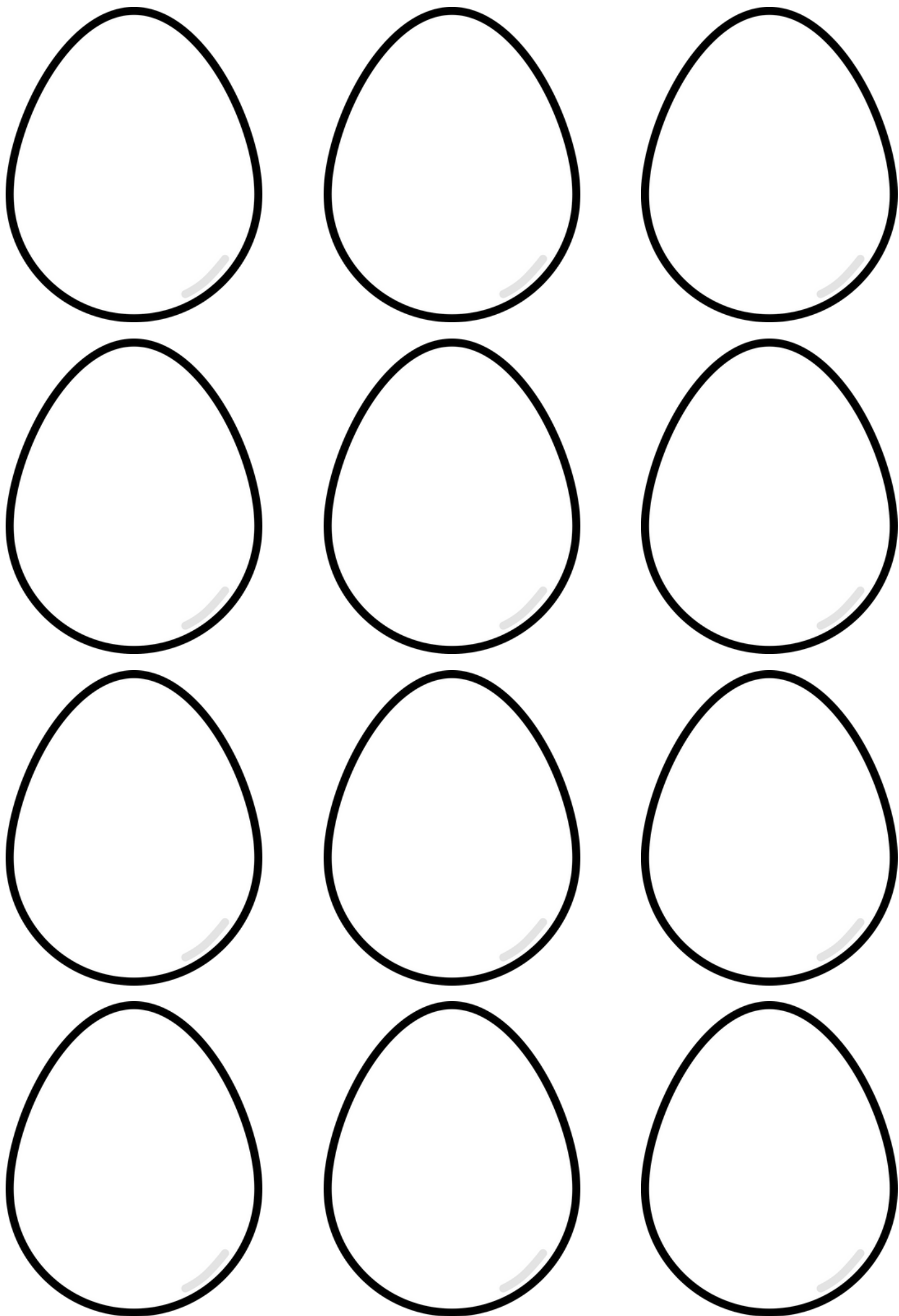
Χρησιμοποίησε την επόμενη σελίδα σαν πατρόν για να κόψεις αβγά από χαρτόνι και διακόσμησέ τα όπως σου αρέσει: ζωγραφίζοντας, κολλώντας κομματάκια χρωματιστό χαρτί ή washi tapes...

Μπορείς ακόμα να κόψεις και να κολλήσεις τα σχέδια που ζωγράφισε το παιδί της ιστορίας στα δικά του αβγά.

Στη συνέχεια, αν θέλεις κάνε τρυπούλες στα αβγά και πέρνα από μέσα σπάγγο για να φτιάξεις μια γιρλάντα.

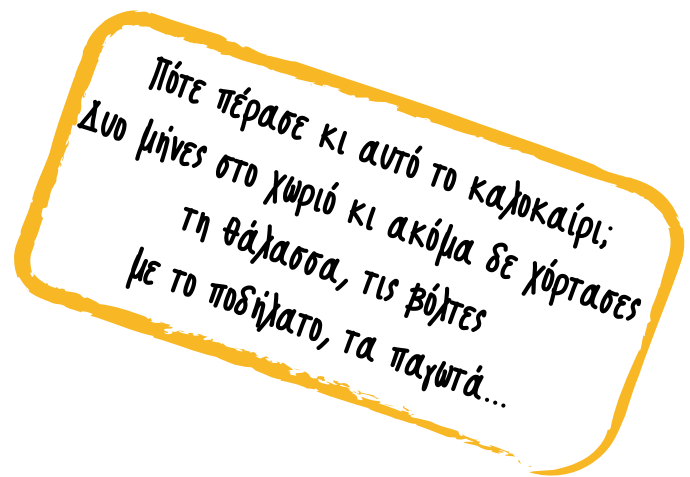
Σ' ένα ζωγραφίζεις μουστάκια για τον μπαμπά,  
για τη μαμά ένα στέμμα  
και μια κόκκινη καρδιά για τη γιαγιά.  
Το δικό σου, με ένα μάτι και δόντια μυτερά,  
μοιάζει με τερατάκι!





# Τι είναι καλοκαίρι;

Γράψε ή ζωγράφισε όλα όσα για σένα  
σημαίνουν καλοκαίρι!



# ΚΑΛΟΚΑΙΡΙ



# Το κρυπτόλεξο του καλοκαιριού

|   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Κ | Α | Ρ | Π | Ο | Υ | Ζ | Ι | Θ | Π |
| Π | Μ | Ν | Θ | Φ | Μ | Ν | Τ | Θ | Ο |
| Β | Α | Ζ | Ε | Σ | Τ | Η | Ζ | Α | Δ |
| Σ | Σ | Ι | Ι | Μ | Τ | Γ | Ι | Λ | Η |
| Μ | Κ | Π | Χ | Ι | Ε | Ω | Τ | Α | Λ |
| Γ | Α | Α | Α | Ν | Σ | Λ | Ζ | Σ | Α |
| Ψ | Η | Γ | Υ | Α | Ι | Ξ | Ι | Σ | Τ |
| Α | Σ | Ω | Ι | Α | Σ | Δ | Κ | Α | Ο |
| Γ | Δ | Τ | Β | Ο | Υ | Τ | Ι | Ε | Σ |
| Ω | Κ | Ο | Υ | Β | Α | Δ | Α | Κ | Ι |

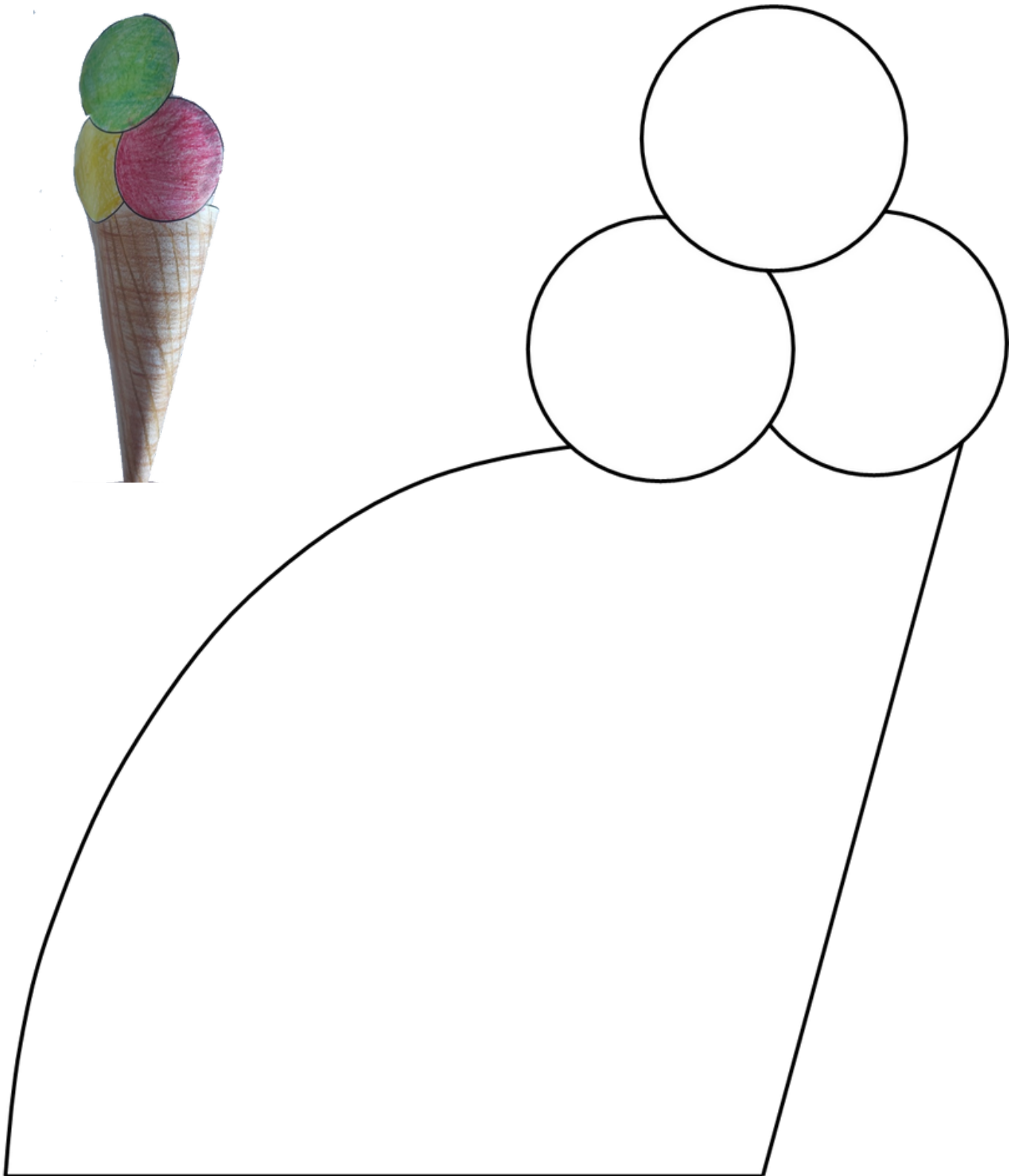
ΠΑΓΩΤΟ, ΑΝΕΜΕΛΙΑ, ΠΑΙΧΝΙΔΙ, ΖΕΣΤΗ,  
ΤΖΙΤΖΙΚΙΑ, ΚΑΡΠΟΥΖΙ, ΘΑΛΑΣΣΑ, ΜΑΓΙΟ,  
ΒΟΥΤΙΕΣ, ΜΑΣΚΑ, ΚΟΥΒΑΔΑΚΙ, ΠΟΔΗΛΑΤΟ

Παίξε online!



# Καλοκαίρι σημαίνει... παγωτά!

Χρωμάτισε τις αγαπημένες σου γεύσεις παγωτού, κόψε το σχήμα γύρω- γύρω, τύλιξε το χωνάκι και κόλλησε την άκρη με σελοτέιπ να γίνει κώνος.



# Τι είναι φθινόπωρο;

Γράψε ή ζωγράφισε όλα όσα για σένα  
σημαίνουν φθινόπωρο!

Σου λείψανε κι οι φίλοι απ' το σχολείο.  
Με την καινούργια τσάντα σου στους ώμους,  
τρέχοντας μπαίνεις στην αυλή  
την πρώτη μέρα να τους βρεις.

# ΦΘΙΝΟΠΩΡΟ



# Το κρυπτόλεξο του φθινοπώρου

|   |   |   |   |   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Σ | Τ | Φ | Ζ | Α | Κ | Ε | Τ | Α |
| Χ | Σ | Ε | Ι | Χ | Υ | Ξ | Μ | Τ |
| Ο | Υ | Ο | Τ | Λ | Η | Α | Ο | Σ |
| Λ | Ν | Μ | Β | Ρ | Ο | Ε | Λ | Α |
| Ε | Ν | Π | Ρ | Φ | Α | Ι | Υ | Ν |
| Ι | Ε | Ρ | Ο | Υ | Ε | Δ | Β | Τ |
| Ο | Φ | Ε | Χ | Λ | Ρ | Κ | Ι | Α |
| Ξ | Ο | Λ | Η | Λ | Α | Ξ | Α | Ο |
| Δ | Ι | Α | Β | Α | Σ | Μ | Α | Θ |

ΒΡΟΧΗ, ΟΜΠΡΕΛΑ, ΣΧΟΛΕΙΟ, ΔΙΑΒΑΣΜΑ,  
ΦΙΛΟΙ, ΤΣΑΝΤΑ, ΤΕΤΡΑΔΙΟ, ΜΟΛΥΒΙΑ,  
ΦΥΛΛΑ, ΣΥΝΝΕΦΟ, ΑΕΡΑΣ, ΖΑΚΕΤΑ

Παίξε online!

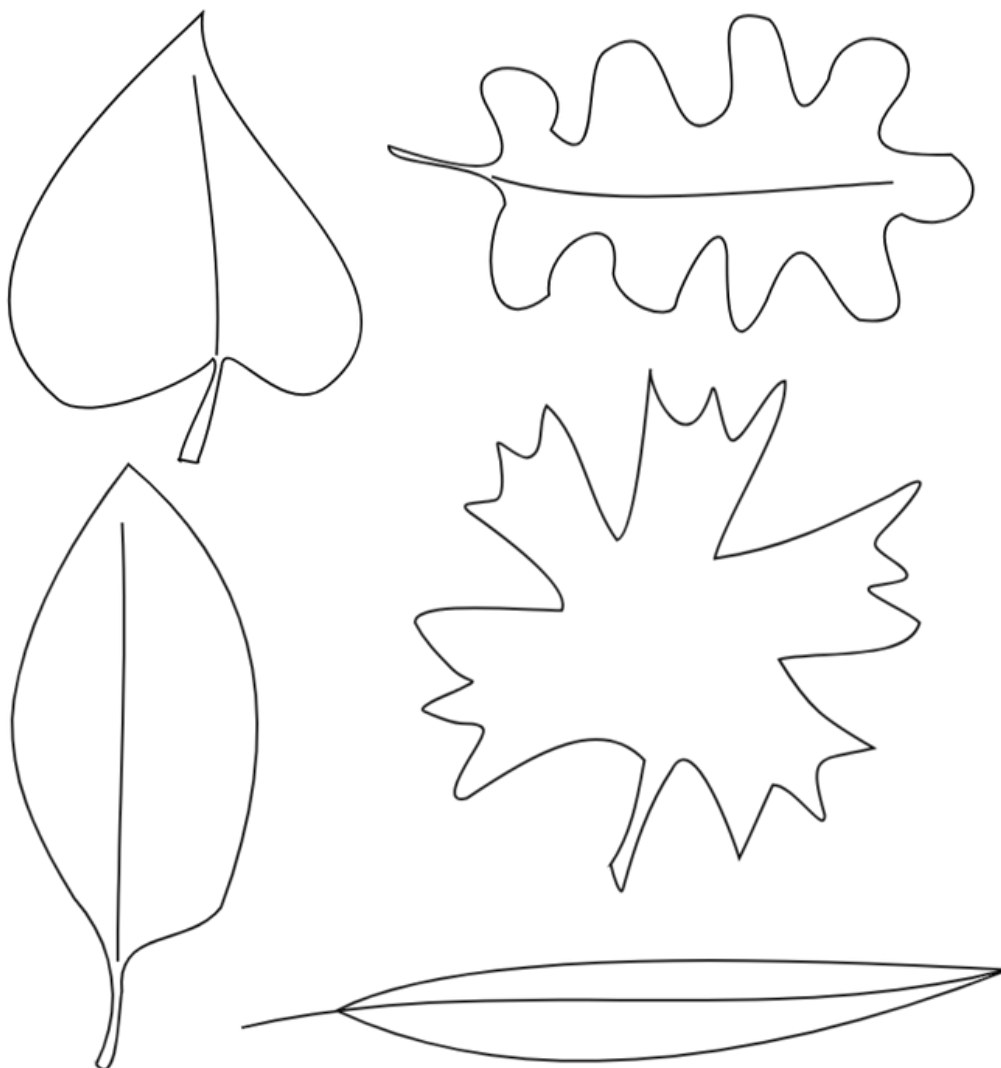


# Φθινόπωρο σημαίνει... φύλλα!

Το φθινόπωρο, οι μέρες μικραίνουν κι ο ήλιος δεν είναι τόσο δυνατός. Τα φύλλα δεν μπορούν πια να φτιάξουν χλωροφύλλη, την ουσία που έφτιαχναν την άνοιξη και το καλοκαίρι (μέσω της φωτοσύνθεσης) για να τραφεί το δέντρο. Έτσι, σιγά-σιγά τα φύλλα χάνουν το πράσινο χρώμα τους και γίνονται κίτρινα, πορτοκαλί, κόκκινα ή καφέ πριν πέσουν από το δέντρο.

Πάμε μια βόλτα στο πάρκο ή στο δάσος, μαζεύουμε πεσμένα φύλλα και τα κολλάμε με σχολική λευκή κόλλα σε στεφάνια που θα κόψουμε από χαρτόκουτα.

Εναλλακτικά, τυπώνουμε και κόβουμε τα φύλλα της παρακάτω εικόνας, τα χρωματίζουμε κίτρινα, πορτοκαλί, κόκκινα ή καφέ και τα κολλάμε στο στεφάνι της επόμενης σελίδας. Tip: αν χρωματίσουμε τα χάρτινα φύλλα με νερομπογιές, θα ζαρώσουν και θα γίνουν πιο τρισδιάστατα, σαν αληθινα φύλλα!



# Φθινοπωρινό στεφάνι

