

# 63η συνάντηση

φρούτα-λαχανικά Άνοιξης 🍓

**ΜΑΓΙΚΟΣ ΚΟΣΜΟΣ**

ΒΡΕΦΟΝΗΠΙΑΚΟΣ ΣΤΑΘΜΟΣ - ΝΗΠΙΑΓΩΓΕΙΟ



Καλημέρα



Ημερομηνία



Παρουσιολόγιο



Καιρός



Νέα

Ρουτίνα

Ποιος είναι εδώ  
σήμερα;

ΚΑΤΕΡΙΝΑ  
Κ

ΣΩΤΗΡΗΣ

ΝΙΚΟΣ Σ.

ΓΡΗΓΟΡΗΣ

ΑΝΔΡΙΑΝΗ

ΒΑΓΓΕΛΗΣ

ΝΙΚΟΣ Π.

ΚΑΤΕΡΙΝΑ  
Γ.

ΝΙΚΟΣ  
ΣΦ.

ΑΧΙΛΛΕΑΣ

Ποιος είναι εδώ  
σήμερα;

ΜΙΑΤΙΑΔΗΣ

ΓΙΑΝΝΗΣ

ΔΗΜΗΤΡΗΣ

ΓΙΩΡΓΟΣ

ΠΕΤΡΟΣ

ΜΑΞΙΜΟΣ

ΠΑΝΑΓΙΩΤΗΣ

ΘΟΔΩΡΗΣ

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28		
29	30	31												

ΜΑΡΤΙΟΥ

ΑΠΡΙΛΙΟΥ



ΣΗΜΕΡΑ ΕΙΝΑΙ

2021



ΔΕΥΤΕΡΑ

ΤΡΙΤΗ

ΤΕΤΑΡΤΗ

ΠΕΜΠΤΗ

ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ

ΣΑΒΒΑΤΟ

ΚΥΡΙΑΚΗ



ΗΛΙΟΣ



ΒΡΟΧΗ



ΧΙΟΝΙ



ΗΛΙΟΣ ΜΕ  
ΣΥΝΝΕΦΑ



Τι καιρό  
έχει  
σήμερα  
έξω;

ΗΛΙΟΣ

ΒΡΟΧΗ

ΧΙΟΝΙ

ΗΛΙΟΣ ΜΕ  
ΣΥΝΝΕΦΑ



Τι κάνετε  
σήμερα;



Καλημέρα  
είπαμε;





Διάλειμμα!

Ας γνωρίσουμε τα λαχανικά της Άνοιξης





**σπαράγγια**

Πρόκειται για κατ' εξοχήν ανοιξιάτικο λαχανικό ,πολύ πλούσιο σε φυτικές ίνες. Είναι μια υπερτροφή πολύ σημαντική για την υγεία . Τρώγονται σαν σαλάτα ή συνοδευτικό πιάτου

Είναι εξαιρετική πηγή βιταμινών και η τακτική κατανάλωσή του συμβάλλει στην ενίσχυση του ανοσοποιητικού και νευρικού συστήματος .  
Τρώγεται ωμό ή μαγειρεμένο.



**σπανάκι**



## **αρακάς**

Αν και τον βρίσκουμε όλο τον χρόνο κατεψυγμένο ,τον φρέσκο τον συναντάμε την εποχή της άνοιξης. Έχει έντονη αντιγηραντική και αντιοξειδωτική δράση. Έχει χαμηλή περιεκτικότητα σε λιπαρά και είναι θρεπτικός

Δεν έχει θερμίδες και χρησιμοποιείται σχεδόν σε όλες τις συνταγές χαρίζοντας ωραίο άρωμα και γεύση . Πολλαπλά τα οφέλη για τον οργανισμό μας και ιδιαίτερα στα μάτια .Αποτελεί παράγοντα υγείας και μακροζωίας.



## **Φρέσκο κρεμμύδι**



### **φασολάκια**

Πρόκειται για θαυμαστό λαχανικό με αντιφλεγμονώδεις ιδιότητες .

Είναι καλή πηγή βιταμινών και βοηθά στο δέρμα , τα μαλλιά και τα νύχια

Αρκετά γευστικό λαχανικό και ευεργετικό για την υγεία μας. Είναι πλούσιο σε φυτικές ίνες και πολύτιμη πηγή βιταμινών . Βοηθά στην προστασία των δοντιών



### **αγκινάρα**

Ας γνωρίσουμε τα φρούτα της Άνοιξης





**κεράσι**



**βερίκοκο**



**φράουλα**



**μούσμουλο**

Μήπως αλήθεια γνωρίζετε από που προέρχονται;



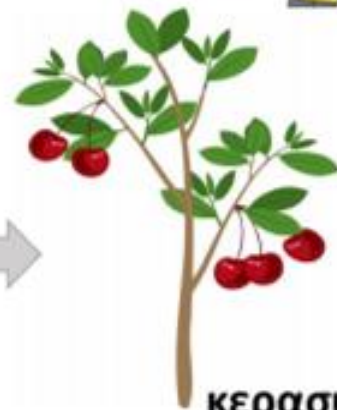
βερίκοκο



βερικοκιά



κεράσι



κερασιά



φράουλα



φραουλιά



μούσμουλο



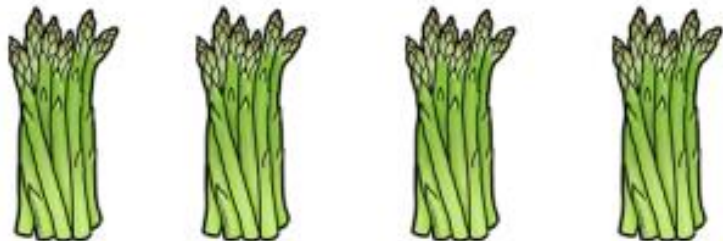
μουσμουλιά



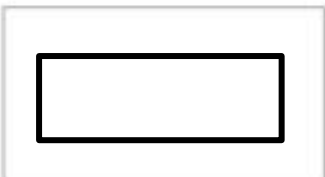
Ας παίξουμε!  
Θέλετε;



Μέτρησε τα λαχανικά και γράψε τον αριθμό στο κουτάκι







Κύκλωσε τόσα όσα λέει ο αριθμός



3



5



4



2



Φτάνουν τα πιάτα για να σερβίρεις τα φασολάκια ; Τράβα γραμμές για να δεις αν είναι λιγότερα ή περισσότερα



Τράβα γραμμές να δεις αν τα πιάτα είναι περισσότερα ή λιγότερα από τον αρακά που θέλεις να σερβίρεις.



Τράβα γραμμές να δεις αν τα φασολάκια είναι περισσότερα ή λιγότερα από τα πιάτα.





Προσπάθησε να βρεις και να γράψεις την αρχική φωνούλα των λέξεων στο κενό που υπάρχει



γκινάρα



πανάκι



ρακάς



παράγγια



ρεμμύδι



ασολάκια

Κοίταξε προσεκτικά τις εικόνες και προσπάθησε να φτιάξεις μια πρόταση













Διάλειμμα!

Μέτρησε τα φρούτα στο καλάθι και ένωσε με τον σωστό αριθμό



6



5



9





3

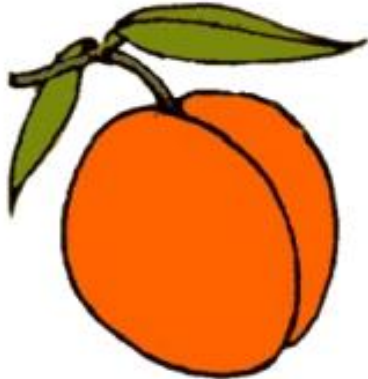


2



7

Κύκλωσε το μεγαλύτερο φρούτο







Κύκλωσε το μικρότερο φρούτο







Τράβα γραμμές για να μπουν στη σειρά από το πιο ψηλό στο πιο χαμηλό .



1

2

3

4



Τράβα γραμμές για να μπουν στη σειρά από το πιο πλατύ στο πιο στενό



Βρες και κύκλωσε το αρχικό γράμμα των λέξεων



κ

π

θ

φ



β

ρ



α

μ

Αντιστοίχισε τα κεφαλαία γράμματα με τα πεζά



**ΒΕΡΙΚΟΚΟ**

**φράουλα**



**ΦΡΑΟΥΛΑ**

**μούσμουλο**



**ΜΟΥΣΜΟΥΛΟ**

**κεράσι**



**ΚΕΡΑΣΙ**

**βερίκοκο**

Μάντεψε τα παρακάτω αινίγματα. Κύκλωσε τη σωστή απάντηση



Είμαι πορτοκαλί και με  
μεγάλο κουκούτσι. Με λένε  
και καϊσί. Τι είναι;



Κόκκινη, στρουμπουλή ,  
γευστική αλλά και μικρή.  
Τρώγεται είτε ωμή ή γρανίτα  
δροσερή. Τι είναι;



Βάλε Χ στα κουτάκια ανάλογα με τις συλλαβές των λέξεων



--	--	--	--



--	--	--	--



--	--	--	--



--	--	--	--



Τα καταφέρατε!  
Μπράβο σας!



Θα τα πούμε μεθ'αύριο αγάπες μου! ❤️

**ΜΑΓΙΚΟΣ ΚΟΣΜΟΣ**

ΒΡΕΦΟΝΗΠΙΑΚΟΣ ΣΤΑΘΜΟΣ - ΝΗΠΙΑΓΩΓΕΙΟ