

Όνομα:

Ημερομηνία:

ΕΡΓΑΣΙΕΣ για το «ΦΘΙΝΟΠΩΡΟ»



Φύλλο Εργασίας 1: Εννοιολογικός Χάρτης & Φθινοπωρινά Φρούτα

Το φθινόπωρο είναι η εποχή της μετάβασης από τη θερμή ραστώνη του καλοκαιριού στη χειμερινή προετοιμασία της φύσης. Στο φύλλο αυτό θα εξερευνήσουμε τέσσερις βασικούς άξονες του φθινοπώρου και τη διατροφική αξία των φθινοπωρινών καρπών.

1.1 Χαρακτηριστικά του Φθινοπώρου

Άξονας Μελέτης	Βασικά Χαρακτηριστικά
 Καιρός & Φύση	Πρωτοβρόχια, κιτρινισμένα και πεσμένα φύλλα, δροσερός άνεμος, μικρότερες ημέρες, συννεφιά.
 Αγροτικές Εργασίες	Τρύγος (μάζεμα σταφυλιών & παραγωγή κρασιού), σπορά (όργανο χωραφιών & σπορά σιταριού), μάζεμα ελιάς.
 Φρούτα & Καρποί	Σταφύλι, μήλο, αχλάδι, ρόδι, κυδώνι, κάστανο, καρύδι, σύκο.
 Λαογραφία & Μήνες	Σεπτέμβριος (Τρυγητής), Οκτώβριος (Σποριάτης / Οκτωβροχάκης), Νοέμβριος (Βροχάρης / Μεσοσπορίτης).

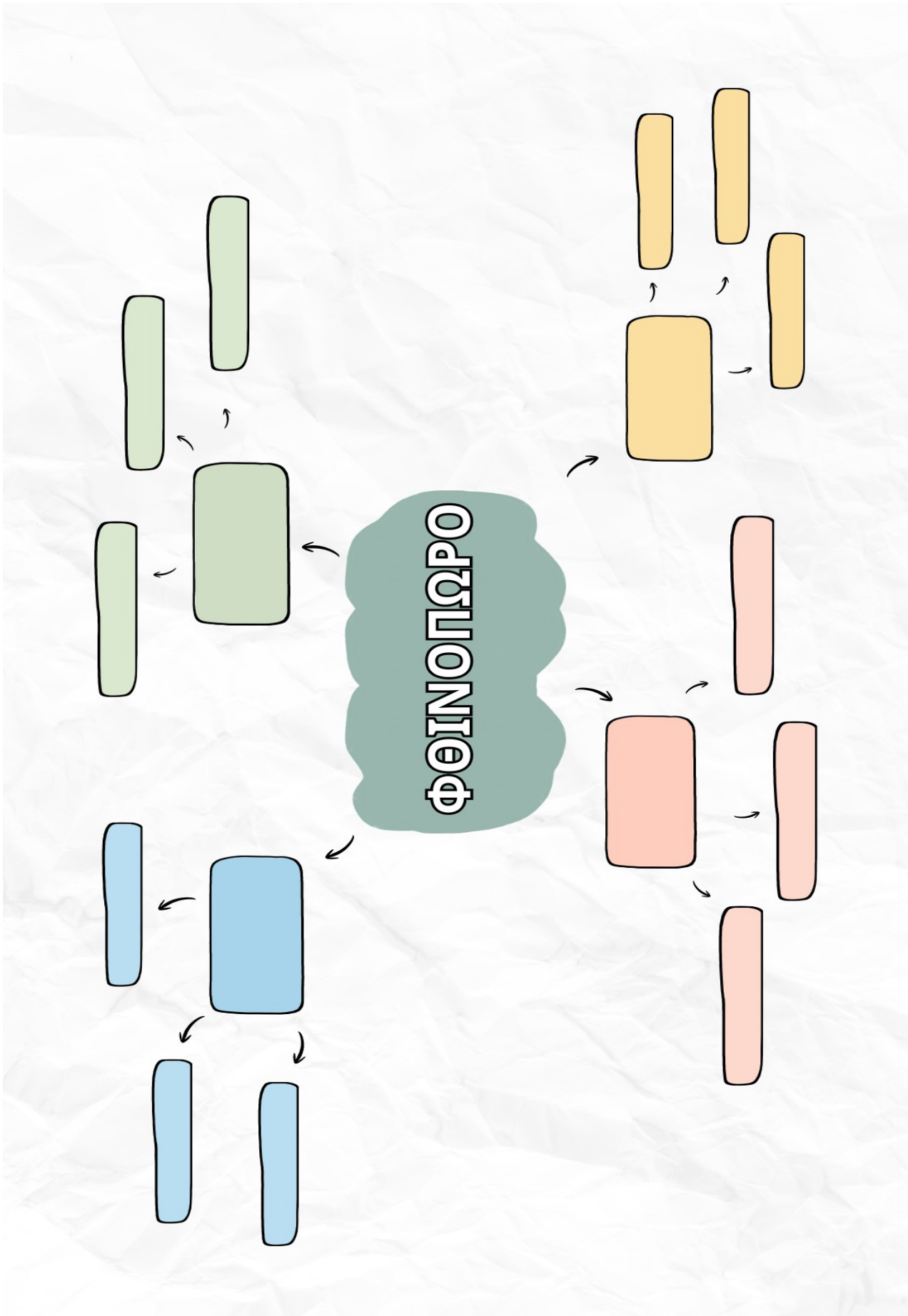
Δραστηριότητα 1: Με βάση τον παραπάνω πίνακα, να γράψεις 3 αγροτικές εργασίες που γίνονται το φθινόπωρο και να εξηγήσεις μία από αυτές:

1.

2.

3.

Δραστηριότητα 2: Ας προσπαθήσουμε να φτιάξουμε τον «χάρτη» του Φθινοπώρου:



1.2 Η Διατροφική Αξία των Φθινοπωρινών Φρούτων

Τα φθινοπωρινά φρούτα αποτελούν αληθινές «υπερτροφές» που θωρακίζουν την υγεία μας.

-  **Σταφύλι:** Ο «βασιλιάς των φρούτων» του φθινοπώρου. Πλούσιο σε βιταμίνες Α, C, Β και κάλιο. Έχει ισχυρή αντιοξειδωτική δράση, ενώ ο χυμός του περιέχει μεταλλικά άλατα και σάκχαρα.
-  **Μήλο:** «Ένα μήλο την ημέρα τον γιατρό τον κάνει πέρα!». Πλούσιο σε φυτικές ίνες, βιταμίνες Α, C, ασβέστιο, φώσφορο, σίδηρο και μηλικό οξύ. Προσφέρει ηρεμιστική και αντιπυρετική προστασία.
-  **Αχλάδι:** Πλούσιο σε αντιοξειδωτικά και αντιφλεγμονώδη συστατικά. Προστατεύει την καρδιά και συμβάλλει στη συνολική ευεξία του οργανισμού.
-  **Ρόδι:** Μια πραγματική υπερτροφή! Οι σπόροι του είναι γεμάτοι βιταμίνη Κ, φυλλικό οξύ, κάλιο και ισχυρές αντιοξειδωτικές ουσίες (πολυφαινόλες & ταννίνες).

Δραστηριότητα 1: Να αντιστοιχίσεις το κάθε φρούτο με τη βασική διατροφική του ιδιότητα:

Φρούτο	Διατροφικό Χαρακτηριστικό
1. Σταφύλι	Α. Πλούσιο σε φυτικές ίνες, σίδηρο, ασβέστιο & μηλικό οξύ
2. Μήλο	Β. Υπερτροφή πλούσια σε βιταμίνη Κ, φυλλικό οξύ & ταννίνες
3. Αχλάδι	Γ. Ο βασιλιάς του φθινοπώρου, πλούσιο σε βιταμίνες Α, C, Β & κάλιο
4. Ρόδι	Δ. Αντιοξειδωτική δράση που συμβάλλει στην υγεία της καρδιάς

Δραστηριότητα 2: Να τελειώσεις τις παρακάτω προτάσεις:

Μου αρέσει το σταφύλι επειδή

Τρώω ένα μήλο την ημέρα για να

Το αχλάδι είναι ωφέλιμο γιατί

Το ρόδι το σπάμε την Πρωτοχρονιά για

Φύλλο Εργασίας 2: Το Φθινόπωρο στη Ζωγραφική

Το φθινόπωρο αποτέλεσε πηγή έμπνευσης για μερικούς από τους σπουδαιότερους ζωγράφους της παγκόσμιας τέχνης. Η αλλαγή των χρωμάτων στη φύση και οι αγροτικές εργασίες αποτυπώθηκαν με μοναδικό τρόπο σε διάσημα έργα.

2.1 Giuseppe Arcimboldo — «Autumn» («Φθινόπωρο», 1573)

Ο Ιταλός ζωγράφος Giuseppe Arcimboldo (1527–1593) δημιούργησε εντυπωσιακά πορτρέτα συνθέτοντας φρούτα, λαχανικά, άνθη και καρπούς της κάθε εποχής.



Εικόνα 1: Giuseppe Arcimboldo — «Autumn» (1573)

1. Ποια φρούτα, λαχανικά και καρπούς διακρίνεις στο πρόσωπο και τα μαλλιά της μορφής;

.....

.....

2. Πώς χρησιμοποιεί ο ζωγράφος το σταφύλι, το αχλάδι και το κάστανο για να σχηματίσει τα χαρακτηριστικά του προσώπου;

.....

.....

3. Αν το πορτρέτο αυτό μπορούσε να μιλήσει, τι νομίζεις ότι θα μας έλεγε για το Φθινόπωρο;

.....

.....

2.2 Vincent Van Gogh — «Ο κόκκινος αμπελώνας» (1888)

Ο Ολλανδός ζωγράφος Vincent Van Gogh (1853–1890) αποτύπωσε με φλογερό πάθος την ατμόσφαιρα του τρύγου στην Αρλ της Γαλλίας το 1888.



Εικόνα 2: Vincent Van Gogh — «Ο Κόκκινος Αμπελώνας στην Αρλ» (1888)

1. Ποια θερμά χρώματα κυριαρχούν στον πίνακα και τι συναισθήματα σου δημιουργούν;

.....

.....

2. Ποια αγροτική εργασία απεικονίζεται και πώς εργάζονται οι άνθρωποι στον αμπελώνα;

.....

.....

3. Ποιες διαφορές παρατηρείς στους 2 πίνακες;

.....

.....

Φύλλο Εργασίας 3: Ποίηση

Η παιδική ποιήτρια Ρένα Καρθαίου υφαίνει με τους στίχους της τη μαγεία των τριών φθινοπωρινών μηνών, χαρίζοντάς μας ζωντανές εικόνες.

 «Σεπτέμβρης»	 «Οκτώβριος»	 «Νοέμβριος»
Ο Σεπτέμβρης είναι αγόρι, κι έχει ολόχρυσο καπέλο, και χρυσό το πανωφόρι. Τα παπούτσια του είναι φύλλα, που' χουν πέσει απ' τα πλατάνια και τα μάγουλά του μήλα. Κι έρχεται για να χτυπήσει μια πελώρια καμπάνα, το σχολειό για να αρχινήσει.	Τα χαλκώματα αγοράζει και τα φύλλα όλα σκεπάζει. Με τον σάκο του στον ώμο τριγυρίζει μες στο δρόμο. Όπου ο Οκτώβρης κι αν αγγίζει το τοπίο κοκκινίζει. Ως και τ' Αη-Δημήτρη το άτι από μπρούντζο ένα κομμάτι. Στα χρυσάνθεμα πατάει, βρέχει, αστράφτει όπου περνάει. Με την πρώτη ανατριχίλα πέφτουν χάλκινα τα φύλλα.	Στου Νοέμβρη το χαρτί βάζει υπογραφή η βροχή. «Θα ποτίσω όλη την πόλη, το χωράφι, το περβόλι. Και θα πλύνω τις σκεπές, τα μπαλκόνια, τις αυλές. Θα ετοιμάσω το τοπίο, να 'ρθει το μεγάλο κρύο». Το χαρτί ο αέρας παίρνει και στα σύννεφα το φέρνει. Κι η βροχή πιάνει δουλειά, μούσκεμα όλα τα παιδιά.

3.1 «Σεπτέμβρης»

α) Πώς παρουσιάζει η ποιήτρια τον Σεπτέμβριο;

.....

β) Ποιοι καρποί και ποια γεγονότα συνδέονται με τον Σεπτέμβριο σύμφωνα με τους στίχους;

.....

3.2 «Οκτώβριος»

α) Να βρεις δύο ομοιοκαταληξίες μέσα στο ποίημα:

1. με

2. με

3.3 «Νοέμβριος»

α) Να συμπληρώσεις τις λέξεις που λείπουν στους παρακάτω στίχους:

Στου Νοέμβρη το βάζει υπογραφή η

Το χαρτί ο παίρνει και στα το φέρνει.

Κι η βροχή δουλειά, όλα τα παιδιά.

Φύλλο Εργασίας 4: Λαογραφία & Παροιμίες

Οι παροιμίες της λαϊκής μας παράδοσης συμπυκνώνουν τη σοφία των αγροτών και την παρατήρηση των φυσικών φαινομένων μέσα στους αιώνες.

4.1 Παροιμίες με τους Φθινοπωρινούς Μήνες

Μήνας	Λαϊκή Ονομασία	Παραδοσιακές Παροιμίες
Σεπτέμβριος	Τρυγητής	• «Αν ίσως βρέξει ο Τρυγητής, χαρά στον τυροκόμο.» • «Τον Σεπτέμβρη τα σταφύλια, τον Οκτώβρη τα κουδούνια.» • «Του Σταυρού σταύρωνε και σπέρνε.»
Οκτώβριος	Σποριάτης / Οκτωβροχάκης	• «Οκτώβρης και δεν έσπειρες, σιτάρι λίγο θα 'χεις.» • «Όποιος σπέρνει τον Οκτώβρη έχει οκτώ σειρές στ' αλώνι.» • «Τ' Αη-Λουκά σπείρε τα κουκιά.»
Νοέμβριος	Βροχάρης / Μεσοσπορίτης	• «Τον Νοέμβρη και Δεκέμβρη φύτευε καταβολάδες.» • «Η Πούλια βασιλεύοντας το μήνυμά της στέλνει: Ούτε τσοπάνος στα βουνά ούτε ζευγάς στους κάμπους.» • «Ο Νοέμβρης σαν θα έλθει, τα γομάρια μέσα κλείνει.»

4.2 Ερωτήσεις

1. Γιατί ο Σεπτέμβριος ονομάζεται «Τρυγητής», ο Οκτώβριος «Σποριάτης» και ο Νοέμβριος «Βροχάρης»;

.....

.....

.....

2. Τι νομίζεις ότι σημαίνει η παροιμία «Οκτώβρης και δεν έσπειρες, σιτάρι λίγο θα 'χεις»;

.....

.....

.....

Φύλλο Εργασίας 5: Ας παίξουμε!

5.1 Ακροστιχίδα

Να συμπληρώσεις δίπλα από κάθε γράμμα μια λέξη ή πρόταση σχετική με το φθινόπωρο:

- Φ** (πέφτουν από τα δέντρα)
- Θ**
- Ι**
- Ν** (ο τρίτος μήνας του φθινοπώρου)
- Ο** (ο δεύτερος μήνας του φθινοπώρου)
- Π** (οι πρώτες βροχές)
- Ω**
- Ρ** (καρπός σύμβολο καλοτυχίας)
- Ο** (το κάνουν οι γεωργοί)

5.2 Κρυπτόλεξο Φθινοπωρινών Λέξεων

Να ανακαλύψεις τις 10 κρυμμένες λέξεις στο παρακάτω πλέγμα:

ΑΝΕΜΟΣ, ΣΠΟΡΑ, ΜΗΛΟ, ΤΡΥΓΟΣ, ΒΡΟΧΗ, ΦΥΛΛΑ, ΡΟΔΙ, ΠΟΥΛΙΑ, ΣΤΑΦΥΛΙ, ΚΑΣΤΑΝΟ

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

5.3 Κουίζ Γνώσεων

1. Ποιος μήνας ονομάζεται και «Τρυγητής»;

- α) Οκτώβριος
- β) Σεπτέμβριος
- γ) Νοέμβριος

2. Ποιο φρούτο αποκαλείται «βασιλιάς των φρούτων» του φθινοπώρου;

- α) Αχλάδι
- β) Μήλο
- γ) Σταφύλι

3. Ποιος ζωγράφος φιλοτέχνησε το πορτρέτο «Autumn» (1573) από φρούτα;

- α) Vincent Van Gogh
- β) Giuseppe Arcimboldo
- γ) Claude Monet

4. Σε ποιον πίνακα του Van Gogh απεικονίζεται ο τρύγος στην Αρλ;

- α) Ο Κόκκινος Αμπελώνας
- β) Η Έναστρη Νύχτα
- γ) Τα Ηλιοτρόπια

5. Ποια ποιήτρια έγραψε το ποίημα που ξεκινάει «Ο Σεπτέμβρης είναι αγόρι»;

- α) Κική Δημουλά
- β) Ρένα Καρθαίου
- γ) Ζωή Καρέλλη

6. Τι σημαίνει η λαϊκή ονομασία «Σποριάτης» για τον Οκτώβριο;

- α) Η εποχή του τρύγου
- β) Η εποχή της σποράς του σιταριού
- γ) Η εποχή των πρώτων χιονιών

7. Ποιο φρούτο είναι πλούσιο σε βιταμίνη Κ, φυλλικό οξύ και ταννίνες;

- α) Ρόδι
- β) Σύκο
- γ) Κάστανο

8. Τι υπόσχεται η παροιμία «Όποιος σπέρνει τον Οκτώβρη»;

- α) Έχει λίγο σιτάρι
- β) Έχει οκτώ σειρές στ' αλώνι
- γ) Χαρά στον τυροκόμο

9. Ποιο από τα παρακάτω είναι θερμό χρώμα που κυριαρχεί στον «Κόκκινο Αμπελώνα»;

- α) Μπλε
- β) Κόκκινο / Πορτοκαλί
- γ) Πράσινο της ελιάς

10. Ποιο είναι το κύριο χαρακτηριστικό του Νοεμβρίου σύμφωνα με τις παροιμίες;

- α) Η βροχή & το φύτεμα καταβολάδων
- β) Ο τρύγος στα αμπέλια
- γ) Το μαζευτικό των κερασιών

