Ενότητα 4

Διατροφή Διατροφή Διατροφή Διατροφή

1. **Από την παρακάτω διαφήμιση έχει μείνει μόνο η εικόνα. Μπορείτε να τη συμπληρώσετε με μια έξυπνη συνθηματική φράση (σλόγκαν) και ένα κείμενο που να ενημερώνει για τα πλεονεκτήματα του προϊόντος;**

Σας δίνονται μερικές βοηθητικές ιδέες:

- Ιδανικό για τη σωματική ανάπτυξη των παιδιών
- Πηγή ζωής
- Πλούσια γεύση που μας προσφέρει η φύση
- Υγιεινή μεσογειακή διατροφή
- Ξεχωριστό άρωμα
- Ελεγμένη ποιότητα
- Γνήσιο ελαιόλαδο
- Ταυτισμένο με την ελληνική παράδοση



.....

.....

.....

.....

.....

.....

LIVEWORKSHEETS



2. **Βρείτε τα επίθετα στο παρακάτω κείμενο. Ποια λέξη προσδιορίζει το καθένα; Συμπληρώστε τον πίνακα, γράφοντας και τον συγκριτικό βαθμό των επιθέτων:**

Ειδικοί γιατροί και ψυχολόγοι θα μας μιλήσουν αναλυτικά για ένα θέμα σημαντικό, δηλαδή για την υγιεινή ζωή και τη σωστή διατροφή. Το θέμα αυτό πρέπει να ενδιαφέρει πολύ και τα αδύνατα και τα παχουλά παιδιά. Έτσι, θα ξέρουμε καλά τι χρειάζεται για να είμαστε υγιείς, να τρεφόμαστε σωστά και ο οργανισμός μας να διατηρείται γερός. Αλλιώς, τα προβλήματά μας μπορεί να είναι μεγάλα.

Επίθετα	Λέξη που προσδιορίζουν	Συγκριτικός βαθμός
	⇨	
	⇨	
	⇨	
	⇨	
	⇨	
	⇨	
	⇨	
	⇨	
	⇨	

Μέσα στο κείμενο υπάρχουν και κάποια επιρρήματα. Γράψτε αυτά που έχουν συγκριτικό βαθμό.

Επιρρήματα	Συγκριτικός βαθμός

LIVEWORKSHEETS

3. **Ξαναγράψτε την εκτέλεση της συνταγής μετατρέποντας τα ρήματα (όπου είναι δυνατόν) στη συνοπτική προστακτική.**
Προσέξτε την ορθογραφία! Μπορεί να χρειαστεί να κάνετε και άλλες αλλαγές.

Για παράδειγμα: **χτυπάτε** τα αυγά... ⇨ **χτυπήστε** τα αυγά...

Συνταγή ομελέτα καραβάκι

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

Ομελέτα καραβάκι

ΥΛΙΚΑ (Για 2 άτομα)

•4 αυγά •2 κουτ. σούπ. γάλα •αλάτι •πιπέρι •1 κουτ. σούπ. κοφτή βούτυρο •3-4 φέτες ζαμπόν •50 γρ. τυρί κρέμα •2 φέτες ψωμί ολικής άλεσης •12-14 λεπτές φέτες αγγούρι για διακόσμηση •κομμάτια χρωματιστής πιπεριάς για διακόσμηση

ΕΚΤΕΛΕΣΗ

1. Χτυπάτε τα αυγά με το γάλα και το αλατοπίπερο. Ζεσταίνετε το βούτυρο σε ένα τηγάνι, ρίχνετε μέσα το μείγμα και ψήνετε την ομελέτα και από τις δύο πλευρές.
2. Σερβίρετε την ομελέτα σε μια στρογγυλή πιατέλα. Κόβετε το ψωμί με ένα μαχαιράκι σε σχήμα καραβιού και το τοποθετείτε στο κέντρο της ομελέτας. Κάτω από το καραβάκι βάζετε τις ροδέλες αγγουριού για να σχηματίσετε τη θάλασσα. Τις διακοσμείτε με κομματάκια πιπεριάς. Σχηματίζετε τον ήλιο ή τα συννεφάκια πάνω από το καραβάκι με τις φέτες του ζαμπόν. Φτιάχνετε με τυρί κρέμα τον καπνό του καραβιού.



περιοδικό *Μενού και άλλα*, τεύχος 48, Νοέμβ.-Δεκ. 2002

LIVEWORKSHEETS



4. **Ένα παιδί αφηγείται στο ημερολόγιό του μια ιστορία, όμως δε χρησιμοποιεί καθόλου άρθρα. Μπορείτε να το βοηθήσετε συμπληρώνοντας οριστικά ή αόριστα άρθρα, όπου νομίζετε ότι χρειάζονται (σε μερικές περιπτώσεις δε χρειάζεται να συμπληρώσετε τίποτα).**

..... φορά ..... μήνα, ... παππούς μου έπαιρνε ..... ώρα ..... πρωινού ..... ύφος αυστηρό, σηκωνόταν δίχως να βγάλει ..... άχνα κι έφευγε μόνος για ..... αγορά. Καταλαβαίναμε τότε πως ήταν ..... μεγάλη μέρα. ..... γιαγιά μου ύψωνε ..... βλέμμα στον ουρανό και μουρμούριζε μέσα από ..... δόντια της πως «τώρα θα βρομάει ..... τόπος για ..... αιώνες». ..... ώρα αργότερα, ... παππούς μου επέστρεφε από ..... λιμάνι με ..... πελώριο κασόνι που σκορπούσε ..... μυρωδιά θαλασσινών. Όταν, κατά ..... μία ..... ώρα, γυρίζαμε, ... σαρδέλες στη σχάρα πλημμύριζαν όλη ..... γειτονιά με ..... θαλασσινή ευωδιά και ..... τσίκνα τους. ..... πυκνός γκρίζος καπνός έβγαινε μέσα από ..... κουκουναριές γύρω από ..... κήπο μας. Πάνω σε ..... πελώριες σχάρες, ... μικρά ασημένια ψάρια ξεροψήνονταν. Όλοι γελούσαν, κουβέντιαζαν, άνοιγαν ..... μπουκάλια παγωμένο λευκό κρασί και γλεντούσαν.

Μιριέλ Μπαρμπερί, *Στην άκρη των χειλιών μου η απόλαυση*,
εκδ. Ψυχογιός, Αθήνα, 2002 (διασκευή)

LIVEWORKSHEETS



5. Πολλές φορές ο υπερθετικός βαθμός δηλώνεται με σύνθετα επίθετα που έχουν ως πρώτο συνθετικό τις λέξεις στο πρώτο συννεφάκι. Συνδυάστε τες με τα επίθετα και μετά χρησιμοποιήστε τις λέξεις που φτιάξατε σε μια δική σας ιστορία.

θεός
όλος
κατά
πέντε
τρις

νόστιμος
νηστικός
φρέσκος
κόκκινος
άθλιος

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

LIVEWORKSHEETS