



## Άσκηση 1

Αν συμπληρώσεις τον παρακάτω πίνακα όπως στο παράδειγμα, θα βρεις πολλές λέξεις, για να περιγράψεις τα συναισθήματά σου.

| ΡΗΜΑΤΑ        | ΟΥΣΙΑΣΤΙΚΑ | ΕΠΙΘΕΤΑ    |
|---------------|------------|------------|
| χαίρομαι      | χαρά       | χαρούμενος |
| ενθουσιάζομαι |            |            |
| ευτυχώ        |            |            |
|               | ηρεμία     |            |
| λυπάμαι       |            |            |
| στενοχωριέμαι |            |            |
|               |            | ζηλιάρης   |
|               |            | θυμωμένος  |
|               |            | φοβισμένος |

Μάθε να γράφεις σωστά τα ουσιαστικά.

Αντίγραψε στο τετράδιό σου τα ρήματα βάζοντάς τα σε αλφαβητική σειρά.





## Άσκηση 2

Διάλεξε όποιες θέλεις από τις παρακάτω λέξεις και συμπλήρωσε τις φράσεις.

ευτυχία απογοήτευση σιγουριά ευχαρίστηση μοναξιά  
χαρά λύπη ντροπή θυμός ικανοποίηση

- ❖ Όταν δεν υπάρχουν προβλήματα, νιώθω **χαρά**.
- ❖ Όταν είμαι μαζί με δικούς μου ανθρώπους, αισθάνομαι .....
- ❖ Όταν δεν τα καταφέρνω, νιώθω .....
- ❖ Όταν δεν είμαι με τους φίλους μου, αισθάνομαι .....
- ❖ Όταν βοηθώ τους άλλους, νιώθω .....
- ❖ Όταν με μαλώνουν, αισθάνομαι .....



## Άσκηση 3

Τώρα ξαναγράψε αυτές τις φράσεις βάζοντας ένα επίθετο.

- ❖ Όταν δεν υπάρχουν προβλήματα, είμαι **χαρούμενος**.
- ❖ Όταν είμαι μαζί με δικούς μου ανθρώπους, είμαι .....
- ❖ Όταν δεν τα καταφέρνω, είμαι .....
- ❖ Όταν δεν είμαι με τους φίλους μου, είμαι .....
- ❖ Όταν βοηθώ τους άλλους, είμαι .....
- ❖ Όταν με μαλώνουν, είμαι .....



Εικόνες από το βιβλίο της Νούρια Ρόκα  
«Τα συναισθήματα», εκδ. Κέδρος,  
εικονογράφηση Ρόσα Μαρία Κούρτο



## Άσκηση 4

Μπορείς να περιγράψεις τα συναισθήματα και με ρήματα; Προσπάθησε.

Ο Λουκάς νιώθει χαρά.

Ο Λουκάς **χαίρεται**.

Η Γαλήνη νιώθει ενθουσιασμό.

Η Γαλήνη .....

Η Χαρά νιώθει λύπη.

Η Χαρά .....

Ο Αρμπέν αισθάνεται ντροπή.

Ο Αρμπέν .....

Η Βάγια νιώθει ευχαρίστηση.

Η Βάγια .....



## Άσκηση 5

Έλα να βρούμε το αντίθετο μερικών συναισθημάτων.

Ένωσε τα αντίθετα.

|              |   |   |             |
|--------------|---|---|-------------|
| λύπη         | ● | ● | δυστυχία    |
| αγάπη        | ● | ● | απογοήτευση |
| ευτυχία      | ● | ● | τόλμη       |
| ενθουσιασμός | ● | ● | χαρά        |
| φόβος        | ● | ● | μίσος       |