



Υγεία

1 Αντιστοίχισε:

κοιμάμαι

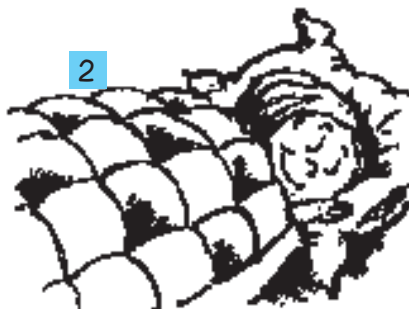
ντύνομαι

κάθομαι

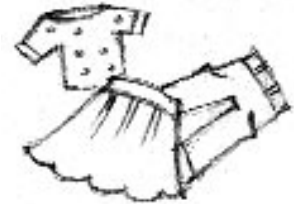
πλένομαι

χτενίζομαι

θυμάμαι



2 Βρες τι κάνει ο καθένας και γράψε τις προτάσεις.



Ο Πέτρος

Η μαμά του Πέτρο

Ο μπαμπάς του Πέτρο

Η Μαρίνα και η Αθηνά

3 Συμπλήρωσε τα ρήματα.

- Εγώ κάθε πρωί σηκώνομαι στις 8:00 η ώρα.
- Εσύ τι ώρα σηκών _____ κάθε πρωί ;
- Ο Πέτρος δεν σηκών _____ νωρίς την Κυριακή το πρωί.
- Εμείς κάθε απόγευμα ντυνόμ _____ με τα αθλητικά μας ρούχα και πάμε για γυμναστική.
- Παιδιά, έρχ _____ κι εσείς στο γήπεδο για τένις;
- Ο παππούς και η γιαγιά μου έρχ _____ σήμερα το απόγευμα.

- Εγώ φοβάμαι πολύ τον οδοντίατρο.
- Εσύ φοβ _____ τους γιατρούς;
- Η Αθηνά κοιμ _____ στο δωμάτιο.
- Εμείς δεν κοιμ _____ το απόγευμα.
- Εσείς τι ώρα κοιμ _____ το βράδυ;
- Ο Πέτρος και η Μαρίνα θυμ _____ τις διακοπές στην κατασκήνωση.

4 Γράψε τις λέξεις στη σωστή θέση.



- πλένομαι
- κάθομαι
- βουρτσίζω
- τρώω
- κοιμάμαι
- χτενίζομαι
- σηκώνομαι
- ντύνομαι

Μαρίνα τι κάνεις κάθε πρωί;

Κάθε βράδυ _____ εννιά ώρες. Το πρωί
 _____ από το κρεβάτι στις 7:30. Πηγαίνω
 στο μπάνιο, ανοίγω την βρύση και _____
 Σαπουνίζω τα χέρια μου και _____ τα
 δόντια μου. Μετά πηγαίνω στο δωμάτιό μου και
 _____. Φοράω τα ρούχα για το σχολείο.
 Μετά _____ μπροστά στον καθρέφτη, παίρνω
 την χτένα και _____ Όταν είμαι έτοιμη,
 πάω στην κουζίνα και _____ το πρωινό μου.

5 Γράψε και εσύ τι κάνεις κάθε πρωί.

Εγώ _____

6 Αντιστοιχίσεις:



1 Ο παιδίατρος

εξετάζει τα ζώα.



2 Ο οδοντίατρος

εξετάζει τα δόντια μας.



3 Ο φαρμακοποιός

εξετάζει τα παιδιά.



4 Ο κτηνίατρος

πουλάει φάρμακα.

7 Σημείωσε ποια λέξη δεν ταιριάζει με τις άλλες.

ο χυμός

η σοκολάτα 

η κόκα-κόλα

το γάλα

ο γιατρός

ο πυρετός

ο οδοντίατρος

ο κτηνίατρος

το κεφάλι

το σιρόπι

το χάπι

το φάρμακο

ο πονόλαιμος

ο πονοκέφαλος

ο πονόδοντος

ο άρρωστος

η οδοντόκρεμα

τα δόντια

το θερμόμετρο

η οδοντόβουρτσα

το πορτοκάλι

η φράουλα

η σαλάτα

η μπανάνα

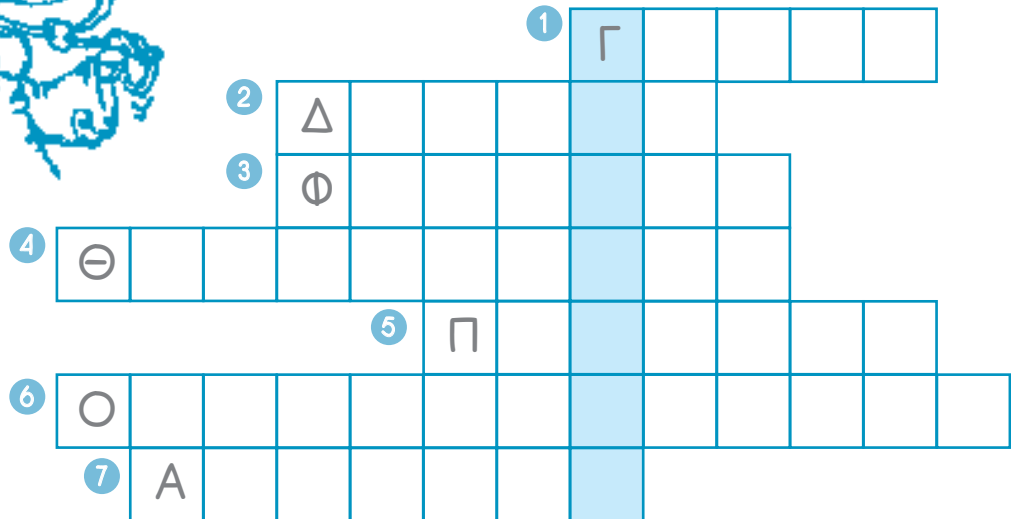
πλένομαι

ντύνομαι

φοβάμαι

χτενίζομαι

8 Βρες τις λέξεις και βρες τι δουλειά κάνει η κυρία στην εικόνα.



1. Όταν τρώμε πολλά ..., χαλάνε τα δόντια μας.
2. Αυτά τα βουρτσίζουμε κάθε πρωί και κάθε βράδυ.
3. Το αγοράζουμε από το φαρμακείο.
4. Το βάζουμε, για να δούμε τον πυρετό μας.
5. Όταν είμαστε άρρωστοι, αυτός ... ανεβαίνει και όταν γινόμαστε καλά κατεβαίνει.
6. Καθαρίζουμε τα δόντια μας με αυτή.
7. Όταν δεν είμαι καλά και μένω στο κρεβάτι, είμαι...

Γράψε τώρα τι δουλειά κάνει η κυρία:

9 Γράψε το σωστό ρήμα.

έχω, πλένω, πονάει,
πηγαίνω, βάζω, εξετάζει

- Όταν είμαι άρρωστος _____ στον γιατρό.
- Είμαι άρρωστος και _____ πυρετό.
- Όταν έχω πυρετό _____ θερμόμετρο.
- Κάθε βράδυ _____ τα δόντια μου.
- Έχω πονοκέφαλο. _____ το κεφάλι μου πολύ.
- Ο γιατρός _____ τους αρρώστους.

10 Βάλε τις λέξεις στην σειρά.

- σχολείο-δεν -Αθηνά-στο-θα πάει-Η
Η Αθηνά δεν θα πάει στο σχολείο.

- μαμά-τον-φώναξε-Η-γιατρό

- Ο-τους-φοβάται-Φρίξος-γιατρούς

- βράδυ-τα-πλένω-τα-Κάθε-δόντια-μου

- να πίνω-και-χάπι-κάθε-ένα-πρωί -Πρέπει-βράδυ-κάθε

- Ο -Μαρίνα-τα -βράδυ-τους-η Πέτρος-πλένουν-δόντια-κάθε



11 Γράψε τι τρως και πίνεις και τι δεν τρως και δεν πίνεις;



κόκα-κόλα



φρούτα



σαλάτες



πατατάκια



χάμπουργκερ



παγωτό



χυμοί



καραμέλες



κρέας



σοκολάτα



γάλα



αυγά

Τρώω

Δεν τρώω

Πίνω

Δεν πίνω

12 Βρες και γράψε το σωστό.

σηκώνομαι - σηκώνεσαι - σηκώνεται

- Εγώ σηκώνομαι κάθε μέρα στις 8:00 η ώρα.

σηκώνονται - σηκώνεται - σηκώνεσαι

- Η Μαρίνα _____ στις 9:30 κάθε Κυριακή.

έρχομαι - έρχεσαι - ερχόμαστε

- Αθηνά, _____ μαζί μας στον ζωολογικό κήπο;

ξυρίζεται - ξυρίζονται - ξυρίζομαι

- Ο μπαμπάς μου _____ κάθε πρωί.

γίνεται - γίνομαι - γίνεσαι

- Ο Πέτρος κλείνει τα 10 και _____ 11 χρονών.

έρχομαι - έρχεστε - ερχόμαστε

- Εμείς _____ σε λίγο. Περίμενε μας!

πλένεται - πλένονται - πλένεστε

- Τα παιδιά _____ όταν γυρίζουν στο σπίτι.

χτενίζεται - χτενίζεστε - χτενίζεσαι

- Η Αθηνά δεν _____ μόνη της. Την χτενίζει η μαμά της.

φοβούνται - φοβάσαι - φοβάται

- Ο Φρίξος _____ τους γιατρούς.

φοβάστε - φοβάσαι - φοβάται

- Η Αθηνά _____ τον οδοντογιατρό.

κοιμάσαι - κοιμάται - κοιμούνται

- Μαρίνα, τι ώρα _____ το βράδυ;

κοιμόμαστε - κοιμάστε - κοιμούνται

- Εμείς δεν _____ τα απογεύματα.

κοιμούνται - κοιμάται - κοιμόμαστε

- Ησυχία, Φρίξο! Τα παιδιά _____.



13 Δες τι αγαπάει και τι φοβάται η Αθηνά και γράψε τις προτάσεις.

Φοβάμαι



ο γιατρός



οι κεραυνοί



η ένεση



τα φίδια



το αεροπλάνο



το σκοτάδι



ο πονόδοντος

Δεν φοβάμαι
τίποτα!

Αγαπάω
Λατρεύω



ο Πέτρος



οι χυμοί



η Μαρίνα



η μουσική



η θάλασσα



τα παγωτά



οι εκδρομές

Η Αθηνά φοβάται τον γιατρό.

Η Αθηνά φοβάται _____

Η Αθηνά φοβάται _____

Η Αθηνά φοβάται _____

Η Αθηνά φοβάται _____

Η Αθηνά φοβάται _____

Η Αθηνά φοβάται _____

Η Αθηνά δεν φοβάται _____ !

Η Αθηνά αγαπάει τον Πέτρο.

Η Αθηνά λατρεύει _____

Η Αθηνά λατρεύει _____

Η Αθηνά λατρεύει _____

Η Αθηνά λατρεύει _____

Η Αθηνά λατρεύει _____

Η Αθηνά λατρεύει _____

14 Βρες το σωστό και βάλε

- Ο γιατρός εξετάζει τον άρρωστο.
- Ο γιατρός εξετάζει τον άρρωστος.
- Ο γιατρός εξετάζει οι άρρωστοι.
- Ο γιατρός εξετάζει τους αρρώστους.
- Ο γιατρός εξετάζει ο λαιμό μου.
- Ο γιατρός εξετάζει τον λαιμό μου.
- Το θερμόμετρο δείχνει τον πυρετό.
- Το θερμόμετρο δείχνει τον πυρετός.
- Η μαμά διαβάζει την συνταγή του γιατρού.
- Η μαμά διαβάζει η συνταγή του γιατρού.
- Βουρτζίζω τα δόντι μου κάθε πρωί.
- Βουρτζίζω τα δόντια μου κάθε πρωί.
- Μαρίνα, ήπιες τον χυμός σου;
- Μαρίνα, ήπιες τον χυμό σου;
- Ο Πέτρος έφαγε όλες τις σοκολάτες.
- Ο Πέτρος έφαγε όλες οι σοκολάτες.
- Θυμάσαι η φίλες σου την Ελένη;
- Θυμάσαι την φίλη σου την Ελένη;



15 Διάβασε
τα ποιήματα
και βρες
τι κάνει καλό
και τι δεν κάνει
καλό στην
υγεία μας.

Δεν κάνουν
καλό στην
υγεία!

τα γαριδάκια



ΜΑΓΙΣΣΑ ΕΞΑΡΤΙΣΙΑΝΑ

Είμαι μάγισσα εγώ
η Εξαρτισιάνα η γνωστή.
Μην ακούτε τι σας λέει
η κυρά-Διατροφή!!

Φάτε γαριδάκια,
καραμέλες και τσιχλίτσες,
τα δοντάκια να χαλάσουν
και να κάνετε κοιλίτσες.

Και το γάλα τι το θες;
Μία κρύα sprite πιες.
Φάε και χαρμπουγκεράκι
κι όχι της μαμάς το
μαρουλάκι.

Κουλουράκι μ' αυγουλάκι;
Φάε ένα σοκολατάκι!
Μήλο με μανταρινάκι;
Φάε λίγο ζαμπονάκι!



Η ΚΥΡΑ-ΔΙΑΤΡΟΦΗ

Έχει κάτι να σου πει.
Καλημέρα σας, παιδιά!
Ώρα τώρα για δουλειά!
Πήρατε όμως πρωινό;
Κάνει το μυαλό γερό.

Όποιος τρώει το πρωί,
έχει δύναμη πολλή,
άριστα και δέκα παίρνει,
πάντοτε του προοδεύει.

Γάλα, φρούτα, φρυγανιά
τρώτε το πρωί, παιδιά.
Κρουασάν και παγωτό;
Μέλι τρώγε και χυμό.

Πατατάκι και γαριδάκι;
Φάε ένα μηλαράκι.
Καραμέλες και τσιχλίτσες;
Φάε δύο σαλατίτσες.
Και την κόκα-κόλα τι τη θες;
Πιο καλά ένα γάλα πιες!

Κάνουν
καλό στην
υγεία!

το γάλα

16 Βρες στα
ποιήματα τις
λέξεις που
τελειώνουν σε
-άκι και γράψε
όπως το
παράδειγμα.

το αυγουλάκι το αυγό