

- 1** Συμπλήρωσε τις παρακάτω προτάσεις, βάζοντας τα ρήματα που βρίσκονται στο πλαίσιο στον κατάλληλο τύπο.

αποφεύγω, περπατάω, προτιμώ, βάζω, αρχίζω, τηρώ,
κάνω, τρώω, πίνω, καταναλώνω

Συμβουλές για αδυνατίσμα!

Για να αδυνατίσεις πρέπει να ακολουθήσεις τις παρακάτω συμβουλές:

1. Να _____ εφικτούς στόχους.
2. Να _____ μια δίαιτα με ποικιλία τροφίμων.
3. Να _____ τρεις φορές τη μέρα και ποτέ αργά το βράδυ.
4. Να _____ τα αναψυκτικά και τα γλυκά. Να _____ πολλούς φυσικούς χυμούς και να _____ τα φρούτα από τα μπισκότα και τα τσιπς.
5. Να μην _____ ούτε μια φορά αναψυκτικό.
6. Να _____ όσο πιο πολύ μπορείς. Να _____ αμέσως γυμναστική.
7. Να _____ όλες τις παραπάνω συμβουλές καθημερινά.

(___/10)

- 2** Συμπλήρωσε τα κενά, σχηματίζοντας τα υποκοριστικά των λέξεων που βρίσκονται στην παρένθεση.

1. Η κυρία Άννα απέκτησε δίδυμα, ένα _____ και ένα _____.
(αγόρι, κορίτσι).
2. Η _____ σου μου αρέσει πολύ. Από πού την αγόρασες; (τσάντα)
3. Η Αλεξάνδρα έκανε ένα δώρο στη δασκάλα της. Της ζωγράφισε μία _____
με μια _____. (κάρτα, καρδιά)
4. Τι ωραίο _____ ! Δεν έχω ξαναδεί τόσο μικρό! (ρολόι)

(___/6)

3 Αντικατάστησε τις αόριστες αντωνυμίες που είναι υπογραμμισμένες, με άλλες και ξαναγράψε τις προτάσεις έτσι ώστε να μην αλλάζει το νόημά τους.

1. Η εκδρομή ακυρώνεται, γιατί κανένας δε δήλωσε συμμετοχή.

2. Μήπως έχεις κανένα CD με ελληνική μουσική να μου δανείσεις;

3. Σε αυτό το εστιατόριο μπορεί να φάει κανείς ό,τι θέλει από ινδικό και κινέζικο φαγητό.

4. Καθώς φεύγεις, πάρε καμιά ομπρέλα. Θα σου χρειαστεί.

5. Θέλεις να σου φέρω κανένα περιοδικό;

(___/5)

4 Για να φτιάξουμε ένα κέικ.....

Χρειαζόμαστε τα εξής υλικά:

Χρησιμοποιούμε τα εξής σκεύη:

Ακολουθούμε τα εξής βήματα:

(___/ 6)

5

“Η Ειρήνη τρελαίνεται για κοτόπουλο στη σχάρα, ενώ το βραστό με πιλάφι δεν της αρέσει καθόλου. Αντίθετα, η Ξαδέρφη της, η Ιφιγένεια προτιμάει το κοτόπουλο και όλα τα κρέατα βραστά, γιατί είναι πιο ελαφριά.”

Γράψε και εσύ με ποιον τρόπο προτιμάς να είναι μαγειρεμένα τα παρακάτω φαγητά.

το αρνί:

το μοσχάρι:

οι αγκινάρες:

τα φασολάκια:

ο μπακαλιάρος:

(___ / 5)

6

Η μητέρα σου θέλει να ετοιμάσει ένα τραπέζι για τους θείους σου και τα δύο σου ξαδέρφια που ήρθαν από την Αθήνα. Σε ρωτάει τι να μαγειρέψει και συζητάτε τις προετοιμασίες. Γράψε εδώ τον διάλογο (περίπου 60 λέξεις)

(___ / 8)

7 Γράψε από 4 κρεατικά, φρούτα, λαχανικά, γλυκά/επιδόρπια, ψάρια, όσπρια (με τα άρθρα τους).



ΚΡΕΑΤΙΚΑ	ΦΡΟΥΤΑ	ΛΑΧΑΝΙΚΑ	ΓΛΥΚΑ ΕΠΙΔΟΡΠΙΑ	ΨΑΡΙΑ	ΟΣΠΡΙΑ

(___ / 12)

8 Συμπλήρωσε τις προτάσεις με: *ούτε... ούτε, είτε ... είτε, δεν ...μόνο ...αλλά και, τόσο ... όσο.*

Καλά, η Κωνσταντίνα είναι πολύ δύσκολη στο φαγητό. Δεν τρώει _____ τις φακές _____ τις μελιτζάνες. _____ λαχανικά έχουμε _____ όσπρια το ίδιο της κάνει. Να φανταστείς _____ παστίτσιο _____ μουσακά τρώει που είναι τα αγαπημένα φαγητά πολλών παιδιών. Ας μη μιλήσουμε για κρεατικά, γιατί και εκεί ένα από τα ίδια είναι. _____ μοσχαράκι σερβίρουμε _____ κοτόπουλο, το πιθανότερο είναι ότι δε θα φάει. Το αγαπημένο της όμως φαγητό είναι το κουνελάκι στιφάδο. Το κουνελάκι, όμως, δεν το τρώει _____ στιφάδο, _____ στα κάρβουνα. Πάντως η πατατοσαλάτα της αρέσει _____ πολύ _____ δεν μπορείς να φανταστείς. Και να σου πω και κάτι ακόμη, _____ είναι περίεργη _____ με τα φαγητά, _____ με τους ανθρώπους.

(___ / 15)

9 Συμπλήρωσε το κείμενο με λέξεις που σχετίζονται με τα ρήματα: *τρώγω- τρέφομαι*.

Η κυρία Άννα _____ πάντα ιδιαίτερα υγιεινά. Φροντίζει τα _____ να μην χάνουν τις _____ ουσίες, όταν τα μαγειρεύει. Παρόλα αυτά ο σύζυγός της είναι υπέρβαρος, γιατί δεν ακολουθεί τις _____ συνήθειες. Θέλει να τρώει και ανάμεσα στα γεύματα καλά. Για αυτό το λόγο πήγανε μαζί σε κάποιον ειδικό, σε έναν _____, ο οποίος έβγαλε ένα πρόγραμμα _____ για τον κύριο Γιώργο με σκοπό να αδυνατίσει. Ο γιατρός τού ζήτησε να προσπαθήσει να _____ σωστά. Να τρώει απ' όλα αλλά σε μικρότερες ποσότητες.

(___ / 7)

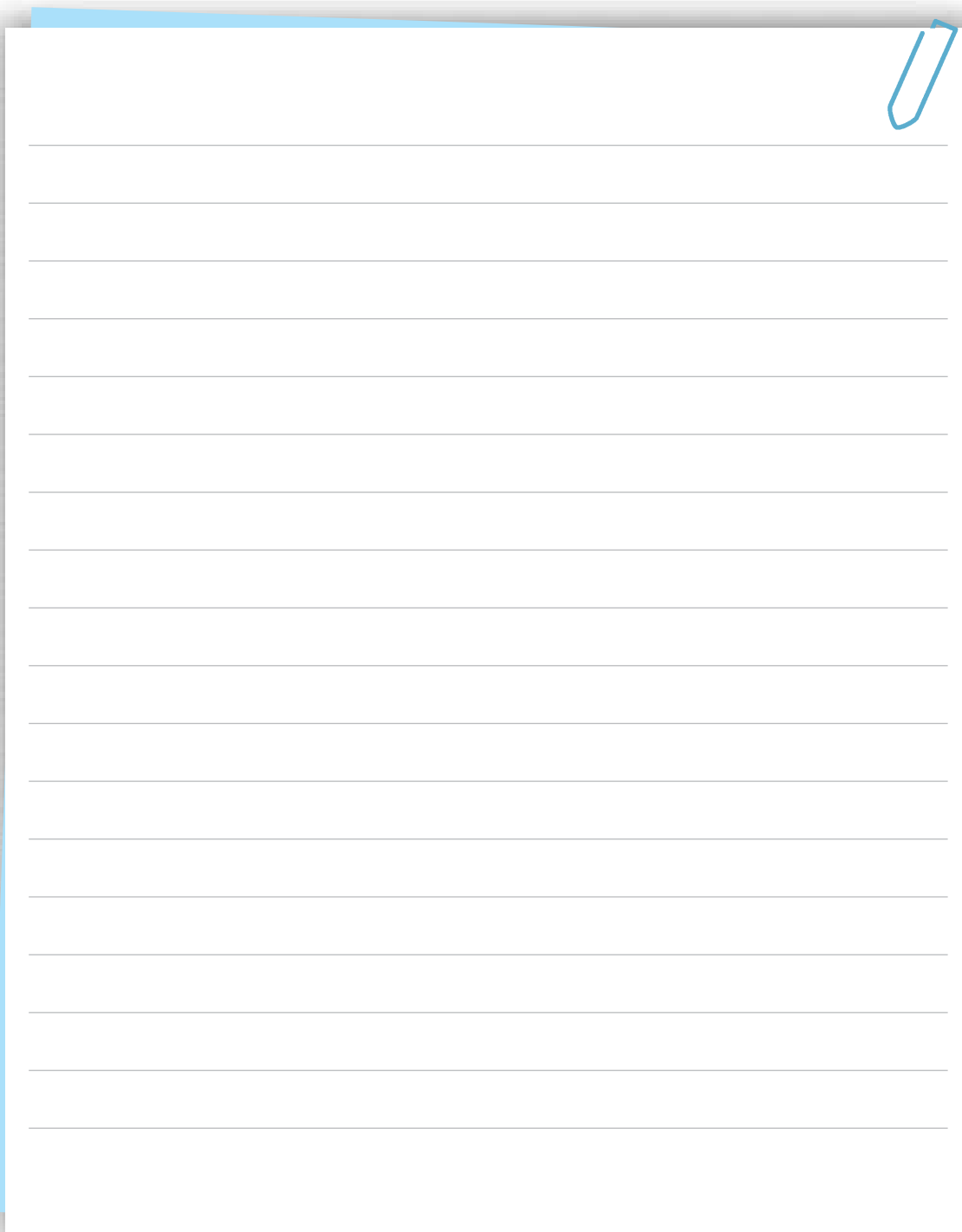
10 Συμπλήρωσε τα κενά με την κατάλληλη λέξη από το πλαίσιο.

*μισοφτιαγμένος, αργοπορημένος, φουσκωμένος,
στενοχωρημένος, αγχωμένος, απασχολημένος*

Χτες το απόγευμα ο Γιάννης ήρθε _____ στο σινεμά. Τον περιμέναμε πολλή ώρα απέξω, ώσπου τον είδαμε να φτάνει _____. Τον ρωτήσαμε τι συνέβη και μας είπε ότι, όταν επέστρεψε από το σχολείο με το ποδήλατο, ξαφνικά παρατήρησε ότι το μπροστινό λάστιχο ήταν ξεφούσκωτο. Προσπάθησε για πολλή ώρα να το φτιάξει αλλά δεν τα κατάφερε. Ήταν τόσο _____ που δεν κατάλαβε πώς πέρασε η ώρα. Όταν κοίταξε το ρολόι του, παρατήρησε ότι είχε αργήσει και το λάστιχο δεν ήταν ακόμη _____. Έτσι, άφησε το ποδήλατο _____ και ήρθε τρέχοντας. Ήταν _____ που για την υπόλοιπη ημέρα δεν θα είχε ποδήλατο.

(___ / 6)

11 Γράψε ένα κείμενο (80 – 100 λέξεις) για τη διατροφή που θα πρέπει να ακολουθεί ένας μαθητής/μια μαθήτρια γυμνάσιου με βάση τη διατροφική πυραμίδα που είδαμε στην ενότητα 11.



(___ / 20)