

# Τι λέτε για μια βόλτα



στην ...Πελοπόννησο;  
έλα μαζί μας θα περάσουμε φανταστικά!

Είσαστε έτοιμοι να  
δούμε μαγευτικά  
τοπία ;

Γεια σας παιδιά...  
Το ταξίδι μας ξεκινάει  
με προορισμό την  
όμορφη Πελοπόννησο

Να συναντήσουμε  
τους ανθρώπους  
αυτού του τόπου  
και να μάθουμε την  
ιστορία του ;

Φύγαμε λοιπόν !!!



## Φτάσαμε στην Πελοπόννησο



### ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ:

## ΜΕΡΟΣ Α΄: Βόλτα στη Φύση

1. Περιεχόμενα
2. Εικόνα από το δορυφόρο
3. Κοιτάζοντας από ψηλά
4. Βουνά ,δάση ,λίμνες και ποτάμια της Πελοποννήσου
5. Βουνά ,δάση ,λίμνες και ποτάμια της Πελοποννήσου
6. Οι ακτές ,το κλίμα και τα προϊόντα της Πελοποννήσου
7. Βιότοποι και υγροβιότοποι της Πελοποννήσου
8. Ο μύθος του Ηρακλή

## ΜΕΡΟΣ Β΄: ΤΑΞΙΔΙ ΣΤΗΝ ΙΣΤΟΡΙΑ

9. Ένα ταξίδι στο χρόνο με τη βοήθεια των παππούδων.
10. Στα Αρχαία χρόνια
11. Ρωμαϊκά και Βυζαντινά χρόνια
12. Η Οθωμανική εποχή και ανεξαρτησία

## ΜΕΡΟΣ Γ΄: ΣΥΝΤΡΟΦΙΑ ΜΕ ΤΟΥΣ ΚΑΤΟΙΚΟΥΣ

13. Παραδοσιακά σπίτια και λαϊκός πολιτισμός
14. Το γλέντι στην Πελοπόννησο
15. Γεύσεις από την Πελοπόννησο



# 1.Κοιτάζοντας από το παράθυρο του διαστήματος!



Κοίταξε την εικόνα από το δορυφόρο και μάντεψε με τι μοιάζει η Πελοπόννησος



## 2.Κοιτάζοντας από ψηλά!

Να ο ποταμός Αλφειός και η οροσειρά του Ταυγέτου.

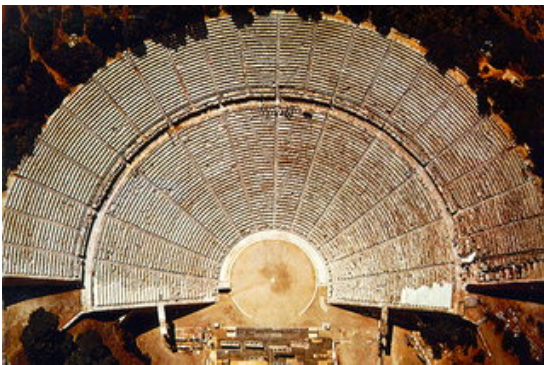
Παιδιά, ξέρατε ότι το όνομά της η Πελοπόννησος το πήρε από το μυθικό ήρωα Πέλοπα το βασιλιά της Πίσας της αρχαίας Ηλείας ;

Να και ο ποταμός Ευρώτας και ο ποταμός Πηνειός !!!Α, να και το βουνό Χελμός που είναι κατάφυτο από έλατα και μόνο η κορυφή του είναι γυμνή!!!!

Εγώ βλέπω το αρχαίο θέατρο της Επιδαύρου και το ιερό της Ολυμπίας απ' όπου ξεκινά το ταξίδι της η ιερή φλόγα των Ολυμπιακών Αγώνων



(φώτο 1)  
Θέατρο Επιδαύρου



(φώτο 2) Ιερό Ολυμπίας



-Δείξε στο χάρτη τα ποτάμια και τα βουνά της Πελοποννήσου. Ξέρεις και άλλα μεγάλα ποτάμια και βουνά της Ελλάδας;

Παιδιά κοιτάζτε  
τον Ισθμό της  
Κορίνθου!

Είναι ένα από τα  
πιο σημαντικά  
έργα που έχει γίνει  
ποτέ.



Χωρίζεται σε 7 νομούς : στο νομό Κορινθίας , Αργολίδας , Αρκαδίας , Μεσσηνίας , Ηλείας , Λακωνίας , και Αχαΐας . Επίσης ανήκουν σε αυτήν και οι νησίδες Σχίζα, Σαπιέντζα, Σφακτηρία, Πρώτη και Ελαφώνησος.

Η Πελοπόννησος απλώνεται σαν ένα φύλλο  
συκιάς πάνω στα γαλανά νερά της  
Μεσογείου.

Η Πελοπόννησος μετά από γεωλογικές μεταβολές διαμορφώθηκε ως μια χερσόνησος που ενώνεται βόρεια με τη Στερεά Ελλάδα με μια στενή λωρίδα γης, τον Ισθμό της Κορίνθου. Για να είναι δυνατό το πέρασμα των πλοίων από τον Κορινθιακό στον Πατραϊκό κόλπο, διανοίχτηκε στα 1893 η Διώρυγα της Κορίνθου, δίνοντας έτσι στην Πελοπόννησο χαρακτηριστικά νησιού.

Η Πελοπόννησος έχει συνολική έκταση 21.643  
τ.χλμ και περίπου 1.077.002 κατοίκους.



# Μαθαίνουμε τις πρωτεύουσες των νομών.

Γράψε τις πρωτεύουσες των νομών στα γαλάζια πλαίσια.





### 3: Τα βουνά, τα δάση, οι λίμνες και τα ποτάμια της Πελοποννήσου



Τα 2/3 περίπου της Πελοποννήσου καταλαμβάνονται από βουνά που είναι συνέχεια της οροσειράς της Πίνδου.

Το όρος Μαίναλο (1980 μ) καλύπτει τη δυτική πλευρά της Αρκαδίας. Είναι γεμάτο από δάση με έλατα και πεύκα. Αμέτρητοι θρύλοι και ιστορίες ακούγονται για το βουνό, στο οποίο έζησαν ήρωες και θεοί της μυθολογίας, με πρώτο τον τραγοπόδαρο θεό των γιδοπροβάτων και των βοσκών, τον Πάνα. Το χειμώνα, ντυμένο με χιόνια, προσφέρει ένα φαντασμαγορικό θέαμα.



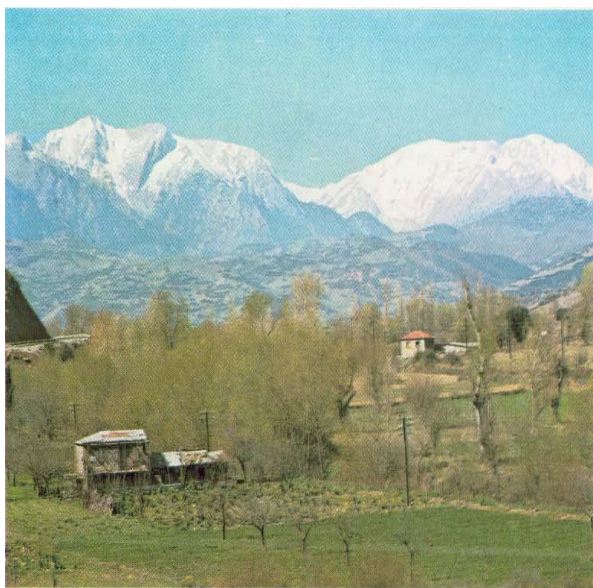
(φώτο 3)

το όρος  
Μαίναλο



(φώτο 4)  
το ελατοδάσος στο Μαίναλο

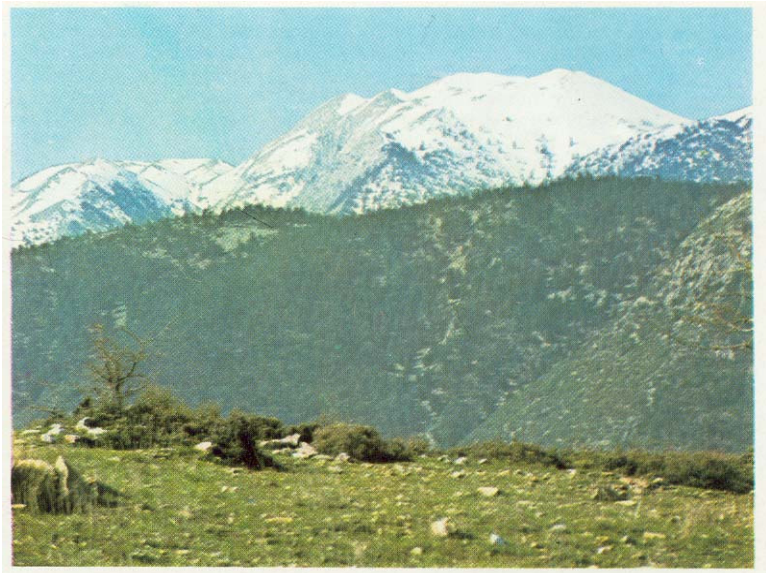
Το όρος Ερύμανθος με ύψος 2224 μ. βρίσκεται στα σύνορα των νομών Αχαΐας, Ηλείας και Αρκαδίας. Είναι κατάφυτο από έλατα, πεύκα, και βαλανιδιές. Το όρος είναι γνωστό από την αρχαιότητα από τον Ερυμάνθιο κάπρο.



(φώτο 5)  
το βουνό Ερύμανθος

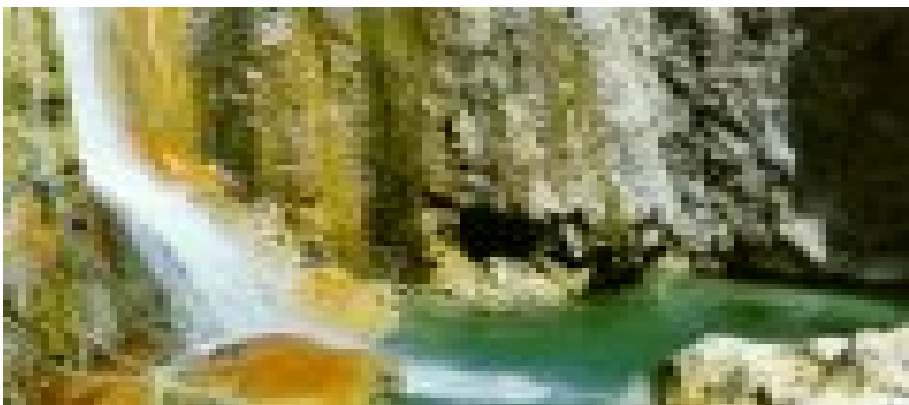


Παιδιά εκτός από αυτά τα 2 βουνά στο ταξίδι μας συναντήσαμε και άλλα 3 εξίσου εντυπωσιακά :τον Πάρνωνα, τον Ταΰγετο και το Χελμό.



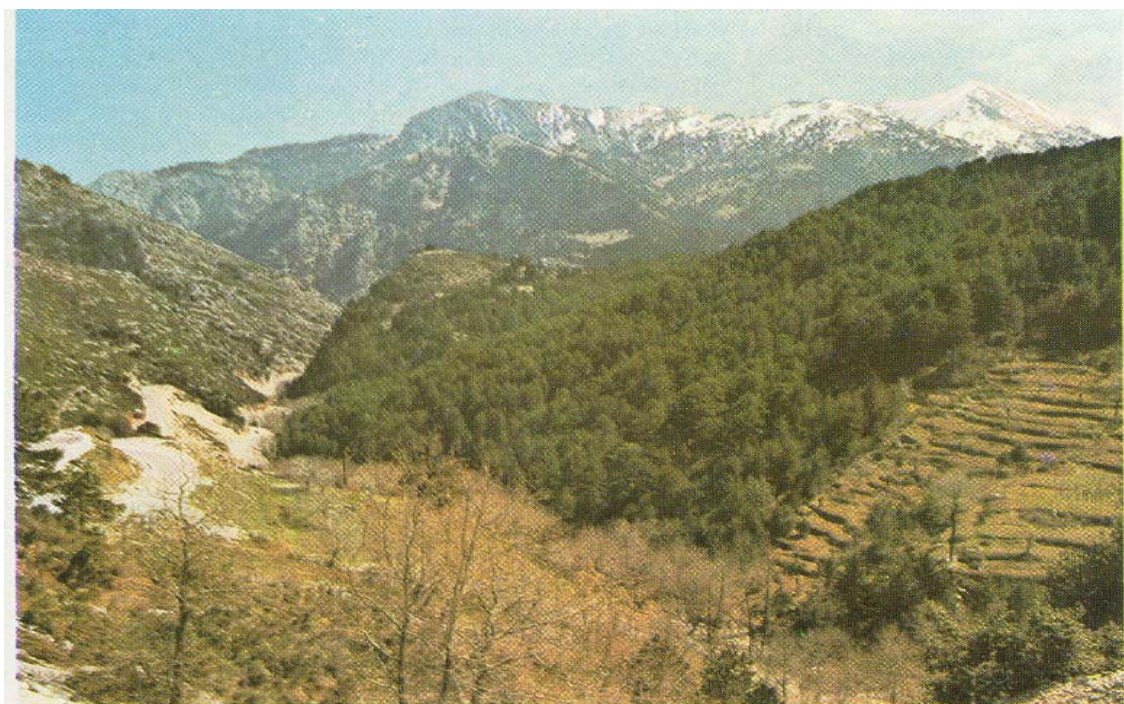
(φώτο 6)  
ο Πάρνωνας

Ο Πάρνωνας βρίσκεται στην Αρκαδία, έχει υψόμετρο 1935 μ. Η υψηλότερη κορυφή του είναι το Κρόνιο. Έχει πλούσια βλάστηση με πολλά αρωματικά – φαρμακευτικά φυτά.



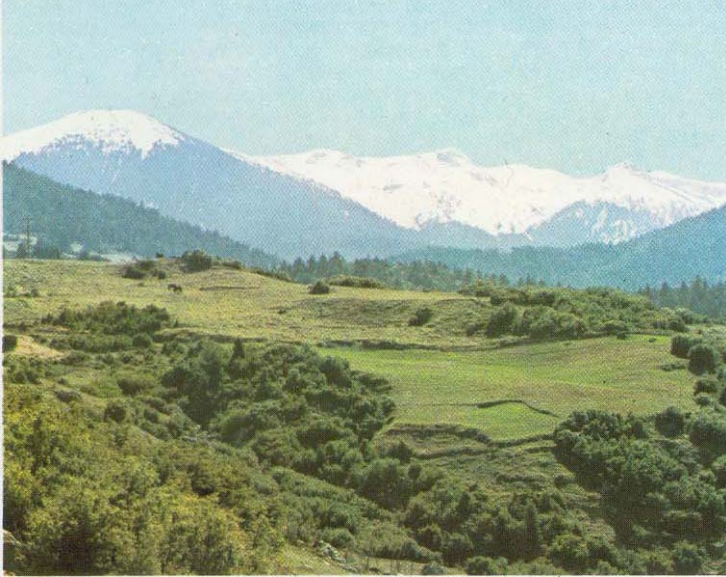
(Φώτο 7)  
καταρράκτης και λίμνη στον Πάρνωνα





(φώτο 8 ) το ψηλότερο βουνό της Πελοποννήσου  
ο Ταΰγετος

Ο Ταΰγετος βρίσκεται μεταξύ των νομών Μεσσηνίας και Λακωνίας, έχει ύψος 2407 μ . και οι κορυφές του είναι γυμνές και σχεδόν όλο το χρόνο σκεπασμένες με χιόνια. Στο βόρειο Ταΰγετο υπάρχουν μικρές κορυφές: Ξεροβούνα (1.852μ.), Νεραϊδόβραχος (1.784μ.), κ.ά. Στο Κεντρικό Ταΰγετο βρίσκονται οι ψηλότερες κορυφές του: Προφήτης Ηλίας (2407μ.), Σιδηρόκαστρο (2.228μ.), Χαλασμένο βουνό (2.204μ.), Βασιλικό Βουνό (2.100μ.), κ.α.



Ο Χελμός ή Αροάνια  
Έχει ύψος 2340 μ. και είναι  
κατάφυτος  
από έλατα και μόνο η κορυφή  
του είναι γυμνή. Κοντά στην  
ψηλότερη κορυφή του υπάρχει  
καταρράκτης που τα νερά του  
είναι γνωστά από τη  
μυθολογία με το όνομα  
Ύδατα της Στυγός.

(φώτο 9)  
ο Χελμός

- Βρες αν μπορείς φωτογραφίες και πληροφορίες  
για βουνά της περιοχής σου.



(φώτο 10 )  
το  
ελατοδάσος  
Καστανιάς

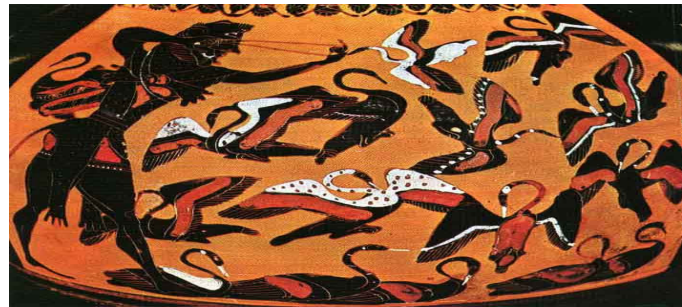
ΣΤο ελατοδάσος  
Λαύκας-  
Καστανιάς που  
βρίσκεται κοντά στη  
λίμνη Στυμφαλία  
κυρίαρχα κωνοφόρα  
είναι η  
Κεφαλληνιακή  
ελάτη και η μαύρη  
πέυκη.





(φώτο 11)  
η λίμνη Στυμφαλία

Η λίμνη Στυμφαλία βρίσκεται στην Κόρινθο στους πρόποδες του όρους Ζήρεια. Στη λίμνη σύμφωνα με τη μυθολογία ζούσαν οι Στυμφαλίδες όρνιθες που τις εξόντωσε ο Ηρακλής.



(φώτο 12)  
αγγείο με Στυμφαλίδες  
όρνιθες

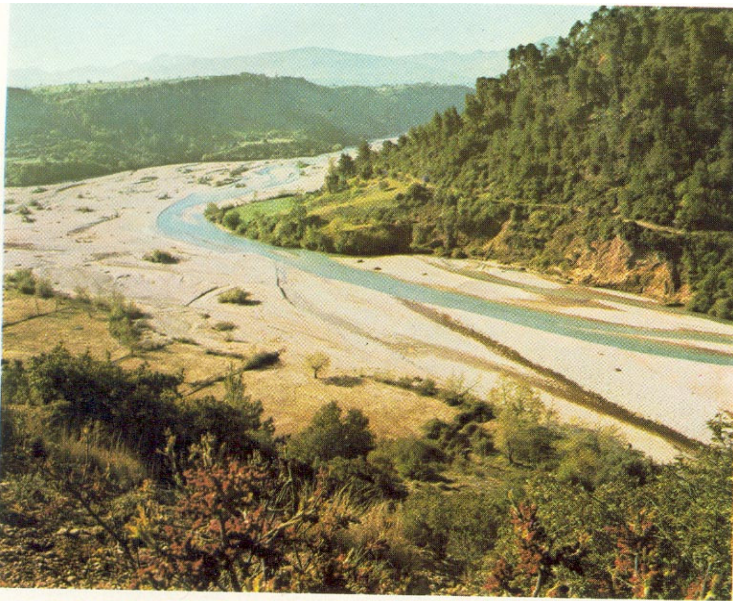


(φώτο 13)  
Η λίμνη Τάκα

Η λίμνη Τάκα βρίσκεται στο νομό Αρκαδίας και σε υψόμετρο 650 μ. Αποτελεί σημαντικό υδροβιότοπο.

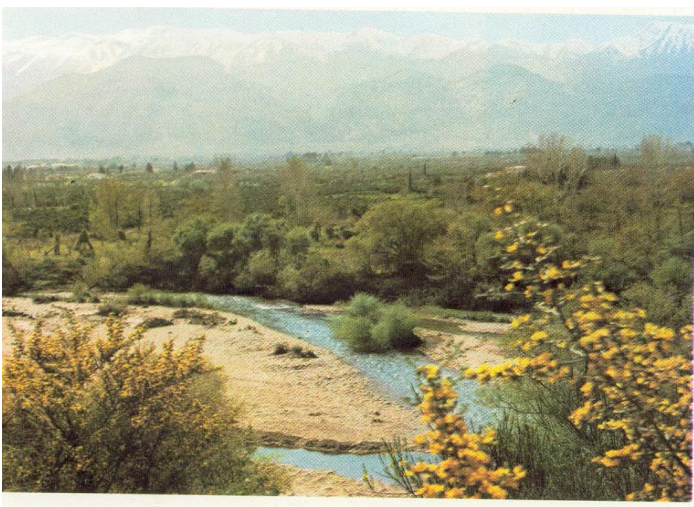


## Τα μεγάλα ποτάμια της Πελοποννήσου



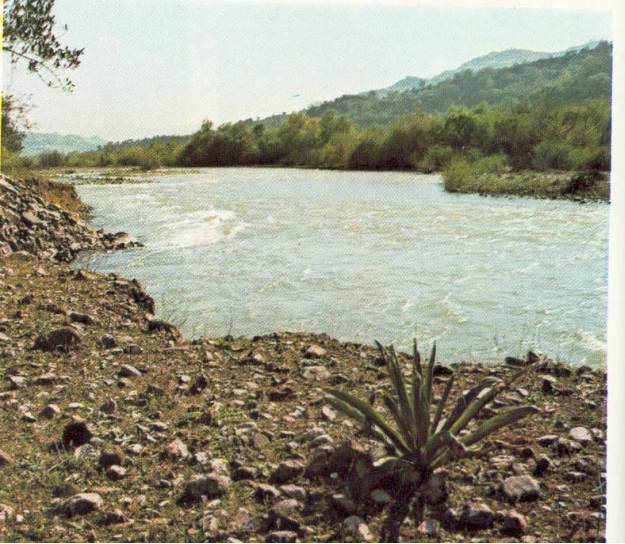
(φώτο 14)  
ο Αλφειός

Ο Αλφειός είναι το μεγαλύτερο ποτάμι της Πελοποννήσου με μήκος 110 χλμ. Διαρρέει τη μικρή πεδιάδα της Τεγέας και χύνεται στον Κυπαρισσιακό κόλπο. Στα νερά του ψαρεύονται χέλια και νοστιμότατες πέστροφες .



(φώτο 15)  
ο Ευρώτας

Ο ποταμός Ευρώτας με μήκος 80 χλμ. πηγάζει από το οροπέδιο της Ασέας διαρρέει όλη τη Λακωνία και χύνεται στο Λακωνικό κόλπο.



(φώτο 16)  
ο Λάδωνας

Ο Λάδωνας είναι παραπόταμος του Αλφειού έχει μήκος 70 χλμ. και οι πηγές του βρίσκονται στη περιοχή των Καλαβρύτων.



(φώτο 17)  
ο Πηνειός

Ο Πηνειός βρίσκεται στην Ηλεία με μήκος 70 χλμ. πηγάζει από τον Ερύμανθο διαρρέει την πεδιάδα της Ήλιδας και χύνεται στο Ιόνιο πέλαγος.

-Ποια άλλα ποτάμια ξέρεις ;Που βρίσκονται; Γράψε τα ονόματά τους και βρες τα στο χάρτη



# 4. Οι ακτές ,το κλίμα και τα προϊόντα της Πελοποννήσου



Χάρτης Πελοποννήσου



Παιδιά κοιτάξτε τι όμορφες που είναι οι ακτές της Πελοποννήσου !



Οι ακτές της Πελοποννήσου είναι δαντελωτές. Η θάλασσα εισχωρεί στην ξηρά και δίνει σε αυτήν ένα σχήμα φύλλου συκιάς ή πλατανιού. Στα ανατολικά σχηματίζονται οι κόλποι Σαρωνικός και Αργολικός και ανάμεσα τους η Αργολική χερσόνησος που καταλήγει στο ακρωτήριο Σκυλαίο.

Στα νότια σχηματίζονται οι κόλποι : Λακωνικός και Μεσσηνιακός και οι χερσόνησοι : του Πάρωνα ,που καταλήγει στο ακρωτήριο Μαλέα ,της Μάνης που καταλήγει στο ακρωτήριο Ταίναρο και η χερσόνησος της Μεσσηνίας που καταλήγει στο ακρωτήριο Ακρίτας.

Στα δυτικά το Ιόνιο πέλαγος σχηματίζει τον Κυπαρισσιακό κόλπο, του οποίου οι μικρές χερσόνησοι καταλήγουν στα ακρωτήρια Κατάκωλο και Κυλλήνη.

Στα βόρεια σχηματίζονται ο Πατραϊκός κόλπος και ο Κορινθιακός που μετά τη διάνοιξη της διώρυγας της Κορίνθου ενώνεται με το Σαρωνικό

-Τι σημαίνουν οι λέξεις κόλπος χερσόνησος, ακρωτήριο, διώρυγα;

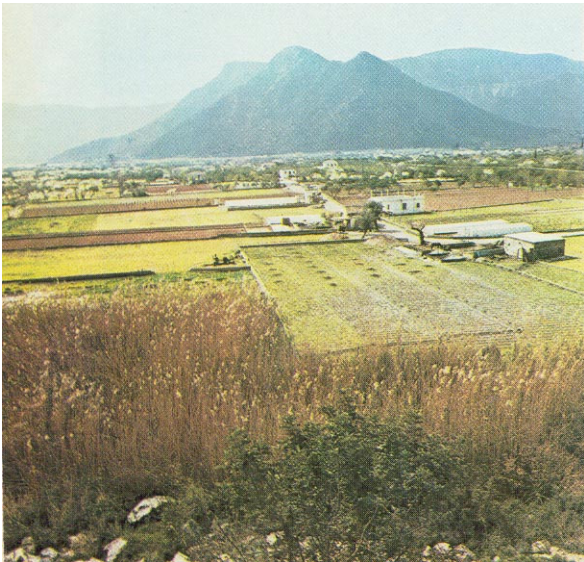
-Βρες στο χάρτη τους κόλπους, τις χερσονήσους και τα ακρωτήρια που είδαν τα παιδιά

## Το κλίμα

Το κλίμα της Πελοποννήσου στα παράλια είναι ήπιο το χειμώνα και δροσερό το καλοκαίρι. Στην ορεινή Πελοπόννησο το κλίμα είναι ηπειρωτικό ενώ στις πεδιάδες ειδικά της Μεσσηνίας και της Λακωνίας τ κλίμα είναι θερμό και ο χειμώνας πολύ ήπιος.

## Οι πεδιάδες

Στο κέντρο της Πελοποννήσου βρίσκονται τα 2 οροπέδια της Αρκαδίας: της Μεγαλοπόλεως και Τριπόλεως. Οι σπουδαιότερες πεδιάδες της Πελοποννήσου είναι της Ήλιδας, της Αχαΐας, της Κορινθίας, της Αργολίδας, της Μεσσηνίας, της Λακωνίας.



(φώτο 18)  
θερμοκήπια στο Λεωνίδιο

## Τα προϊόντα

Η Πελοπόννησος παράγει πολλά προϊόντα. Τα πιο διάσημα από αυτά είναι η σταφίδα Κορίνθου, οι ελιές και τα σύκα των Καλαμών, το λάδι της Μάνης, τα πορτοκάλια της Σπάρτης και της Αργολίδας.

- Ποιο είναι το κλίμα της δικής σου περιοχής;
- Μπορείς να φέρεις στην τάξη σου μερικά από τα προϊόντα που παράγονται στην Πελοπόννησο και κάποια που παράγονται στο μέρος που ζεις;

## 5.Βιότοποι και Υγροβιότοποι!

Παιδιά στην Πελοπόννησο υπάρχουν περιοχές με εκπληκτική ομορφιά, είναι οι βιότοποι και οι υγροβιότοποι στους οποίους ζουν πολλά σπάνια ζώα και φυτά.

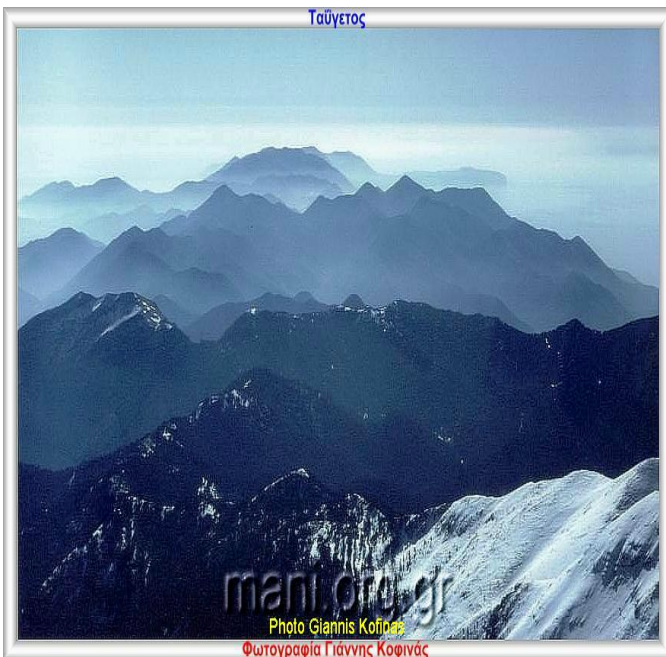


### Η πανίδα του Ταΰγету

Στον Ταΰγετο συναντάμε πάνω από 110 είδη πεταλούδων, 19 είδη θηλαστικών όπως αλεπού, ασβός, κουνάβι κλπ. και 85 είδη σπάνιων πτηνών όπως χρυσαετός, πετροχελίδονα, τσίχλες κ.α.

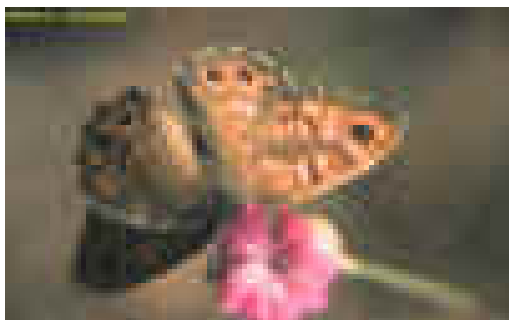
### Η χλωρίδα του Ταΰγету

Στον Ταΰγετο συναντάμε πάνω από 600 είδη φυτών με όμορφα αρώματα και βότανα με φαρμακευτικές ιδιότητες. Κάποια από τα φυτά αυτά είναι οι κρόκοι .απουράνι κ.α



(φώτο 19) οροσειρά Ταΰγету





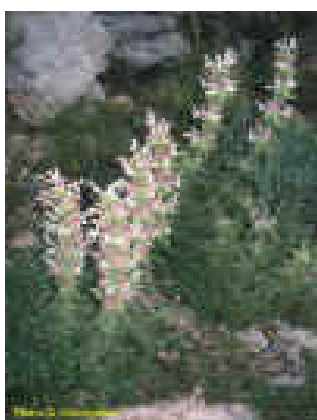
(φώτο 20)  
πεταλούδα του Ταϊγέτου



(φώτο 21)  
η αλεπού



(φώτο 22)  
ο χρυσαετός



(φώτο 23)  
απουράνι

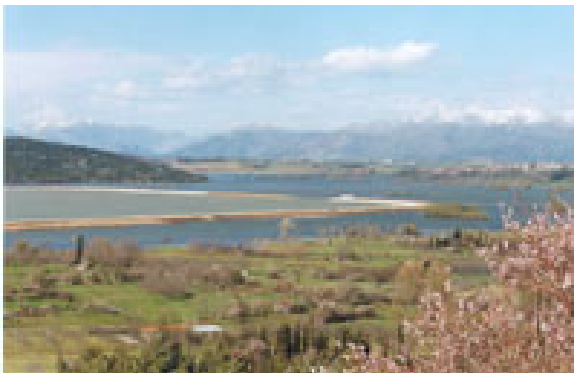


(φώτο 24)  
κρόκοι



(φώτο 25)  
η λίμνη Στυμφαλία

Η λίμνη Στυμφαλία αποτελεί ίσως τον πιο σημαντικό υγροβιότοπο της Πελοποννήσου. Αποτελεί καταφύγιο για τα αποδημητικά πουλιά και τόπο αναπαραγωγής τους. Εκεί συναντάμε πελαργούς και αγριόπαπιες.



(φώτο 26)  
η λίμνη Τάκα

Η λίμνη Τάκα αποτελεί σημαντικό τόπο κατά την ανοιξιάτικη μετανάστευση των πτηνών.



(φώτο 27)  
υγροβιότοπος Μουστού

Στην Αρκαδία συναντάμε τον υγροβιότοπο Μουστού με πολλές αγριόπαπιες, κύκνους και ερωδιούς.

- Βρες φωτογραφίες και πληροφορίες για υγροβιότοπους της περιοχής σου

-Και οι άνθρωποι ταξιδεύουν, όπως τα πουλιά. Εσύ ταξιδεύεις ; Που πηγαίνεις συνήθως και γιατί ; Σου αρέσει ; Μίλησε γι' αυτό στην τάξη σου





## 6. Ο μύθος του Ηρακλή!

Ο Ηρακλής είναι από τους πιο γνωστούς ήρωες της ελληνικής μυθολογίας. Πατέρας του ήταν ο Δίας και μητέρα του η Αλκμήνη. Η καταγωγή του ήταν από την Πελοπόννησο, γεννήθηκε όμως στη Θήβα. Από μικρός έδειξε ότι ήταν ατρόμητος και γενναίος αφού όταν ήταν ακόμα μωρό στην κούνια του, έπνιξε με τα ίδια του τα χέρια τα φίδια που του είχε στείλει η Ήρα η οποία τον μισούσε. Όταν μεγάλωσε παντρεύτηκε τη Μεγάρη και έκανε 3 παιδιά. Σε μια στιγμή όμως τρέλας που του έστειλε η Ήρα σκότωσε την οικογένεια του. Για να εξαγιστεί του ανέθεσε ο βασιλιάς της Τίρυνθας Ευρυσθέας μια σειρά από κατορθώματα που θα τον έκαναν αθάνατο τα οποία έμειναν γνωστά με το όνομα «Οι άθλοι του Ηρακλή».

- Βρες στοιχεία για τους άθλους του Ηρακλή και προσπάθησε να ζωγραφίσεις εκείνον που σου άρεσε περισσότερο.



Τα παιδιά το βράδυ έκατσαν γύρω από τη φωτιά και τότε η Μάρω αποφάσισε να τους πει ένα τσιγγάνικο μύθο .

Κάποτε οι άνθρωποι είχαν φτερά και πετούσαν ανάμεσα σε δέντρα και πάνω από τα ψηλά βουνά. Το χειμώνα πήγαιναν σε ζεστές πολιτείες για να προφυλαχθούν. Κάποτε μετά από μια μεγάλη πείνα που είχε πέσει ,οι άνθρωποι βρήκαν μια περιοχή πλούσια σε φαγητό. Έφαγαν τόσο πολύ μέχρι που το σώμα τους βάρυνε πάρα πολύ και δεν μπόρεσαν να ξαναπετάξουν .Όσο έμεναν σε αυτό το χωράφι βάραιναν όλο και περισσότερο και τα φτερά τους άρχισαν να χάνονται και στη θέση τους ήρθαν 2 χέρια. Ο χειμώνας ήρθε και πάλι ,μα οι άνθρωποι δεν μπόρεσαν να πετάξουν ξανά στις ζεστές πολιτείες. Έβλεπαν τα ψηλά βουνά και λυπόταναν που δε θα ξαναπετούσαν στις κορυφές τους και από τότε ελπίζουν κάποτε να ξαναποκτήσουν τα φτερά τους.

## 7. Ένα ταξίδι στο χρόνο με τη βοήθεια των παππούδων!!!

Παλαιολιθική Εποχή 200.000 – 7000 π.Χ.

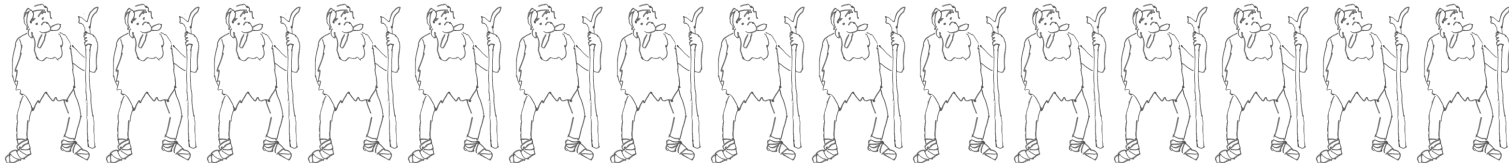
Νεολιθική εποχή 7000 - 3200 π.Χ

Εποχή Χαλκού 3200 - 1050 π.Χ.

Γεωμετρική Εποχή 1.050 - 700 . π.Χ.

Στην Πελοπόννησο βρέθηκαν εργαλεία από την Παλαιολιθική εποχή, πέτρες δουλεμένες με απανωτά χτυπήματα που ο πρωτόγονος άνθρωπος χρησιμοποιούσε για την εύρεση τροφής και ως όπλα.

Στη νεολιθική εποχή αναπτύσσεται η γεωργία και η κτηνοτροφία και δημιουργούνται αρκετοί συνοικισμοί μόνιμης κατοικίας.

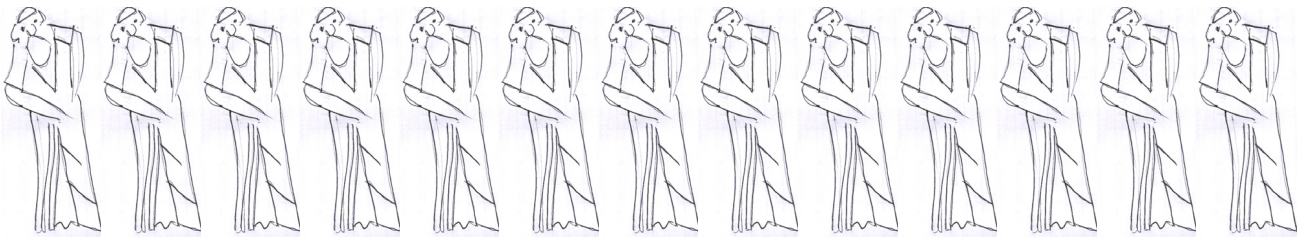


Την εποχή του Χαλκού η Πελοπόννησος έφθασε σε υψηλό επίπεδο πολιτισμού και έγινε το κέντρο του ελληνικού κόσμου με την άνθηση του Μυκηναϊκού πολιτισμού.

Ως το 1900 π.Χ είχε ολοκληρωθεί η κάθοδος των πρώτων ελληνικών φύλων.

Το 1100 π.Χ γίνεται η κάθοδος των Δωριέων οι οποίοι καταλαμβάνουν το μεγαλύτερο μέρος της Πελοποννήσου.

Τη γεωμετρική εποχή σχηματίστηκαν στην Πελοπόννησο τα κράτη της Κορίνθου και του Άργους .





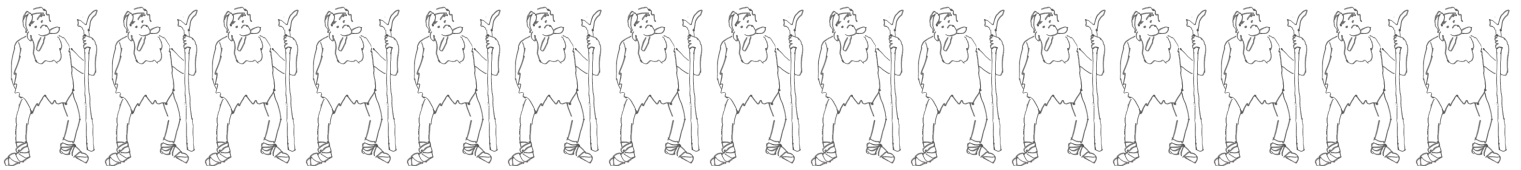
# Υπολογίζω 3 παππούδες για κάθε 100 χρόνια!

Παλαιολιθική Εποχή: Πριν από.....παππούδες

Νεολιθική εποχή Πριν από.....παππούδες

Εποχή Χαλκού Πριν από .....παππούδες

Γεωμετρική Εποχή Πριν από .....παππούδες

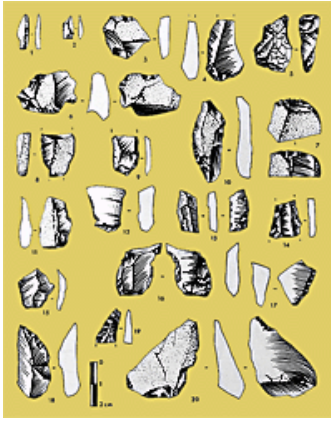


Κάθοδος των Δωριέων Πριν από.....παππούδες

Γράψε το όνομα του παππού σου .....



## 9. Στα Αρχαία Χρόνια



(φώτο 28)  
εργαλεία της  
Παλαιολιθικής εποχής

Την Παλαιολιθική εποχή οι άνθρωποι χρησιμοποιούσαν λίθινα και οστέινα εργαλεία, τρέφονταν με το κυνήγι ελαφιών, αγριόχοιρων και άλλων ζώων, ήξεραν να ψαρεύουν και έθαβαν τους νεκρούς τους μέσα στην κατοικία τους σε ρηχούς λάκκους. Σπήλαιο αυτής της περιόδου βρέθηκε στο Φράγγχι στην Αργολίδα.



(φώτο 29) το σπήλαιο στο Φράγγχι



(φώτο 30)  
το σπήλαιο του Δυρού

Τη Νεολιθική εποχή στη Πελοπόννησο αναπτύσσεται η γεωργία και η κτηνοτροφία και χρησιμοποιείται η κεραμική. Δημιουργούνται συνοικισμοί μόνιμοι σε περιοχές όπως, Νεμέα, Γωνιά, Λέρνα κ.α. Σημαντικό σπήλαιο αυτής της περιόδου είναι το σπήλαιο Αλεπότρυπα στο Δυρό.



(φώτο 31)  
κοσμήματα Νεολιθικής εποχής

- Φαντάσου σκηνές από τη ζωή των πρωτόγονων ανθρώπων και ζωγράφισε κάτι



Την εποχή του Χαλκού γύρω στα 1600 π.Χ ανθίζει στην Πελοπόννησο ένας πολύ σημαντικός πολιτισμός: ο Μυκηναϊκός. Οι Μυκηναίοι είναι πλούσιοι, ισχυροί και ταξιδεύουν σε πολλά μέρη .  
Μάλιστα επινόησαν μια νέα γραφή τη Γραμμική Β´

Το 1450 π.Χ γίνονται πρώτοι δύναμη στον ελληνικό χώρο χτίζουν λαμπρά ανάκτορα στην Τίρυνθα και στις Μυκήνες .Ακόμα χτίζονται τα περίφημα «κυκλώπεια τείχη» που μας εντυπωσιάζουν για το μεγάλο τους μέγεθος.

Μετά την εκστρατεία των Μυκηναίων στην Τροία με αρχηγό τον βασιλιά Αγαμέμνονα σιγά σιγά αρχίζει το τέλος του πολιτισμού αυτού.



(φώτο 32 )  
αίθουσα στο ανάκτορο της Πύλου



(φώτο 33)  
τα κυκλώπεια τείχη



(φώτο 34)  
είσοδος του ανακτόρου των Μυκηνών

-Τι γνωρίζεις για το βασιλιά Αγαμέμνονα και τον Τρωικό πόλεμο ;

Γύρω στο 1100 π.Χ έρχονται στην Πελοπόννησο οι Δωριείς και αρχίζει μια νέα περίοδος για την περιοχή αυτή.



(φώτο 35 )  
το ιερό της Ολυμπίας

Η Ολυμπία είναι ο τόπος όπου γεννήθηκαν και τελούνταν κατά την αρχαιότητα οι Ολυμπιακοί Αγώνες .Οι αγώνες ξεκίνησαν το 776 π.Χ προς τιμήν του Δία  
Γίνονταν κάθε 4 χρόνια και συγκεντρώνονταν Έλληνες από τα πέρατα του ελληνικού κόσμου ενώ κατά τη διάρκεια των αγώνων έπαυαν οι εχθροπραξίες. Μερικά από τα ολυμπιακά αγωνίσματα ήταν: ο δρόμος, ο δίσκος, η πάλη κ.α. Στους νικητές έδιναν ως έπαθλο ένα στεφάνι αγριελιάς. Μεγάλες όμως ήταν οι τιμές που απολάμβαναν οι νικητές όταν επέστρεφαν στις πόλεις τους, μάλιστα γκρέμιζαν και ένα μέρος των τειχών της πόλης εφόσον η πόλη που γέννησε Ολυμπιονίκη δεν χρειαζόταν τείχη.

-Βρες πληροφορίες για τα ολυμπιακά αγωνίσματα και παρουσίασε στην τάξη σου εκείνο που σου αρέσει περισσότερο.



(φώτο 36)  
η παλαίστρα



( φώτο 37)  
το στάδιο



( φώτο 38)  
στεφάνι αγριελιάς



(φώτο 39)  
η αφή της φλόγας σήμερα



## 10. Στα Ρωμαϊκά και Βυζαντινά χρόνια .

Ρωμαϊκή περίοδος : 146 π.Χ- 324 μ.Χ

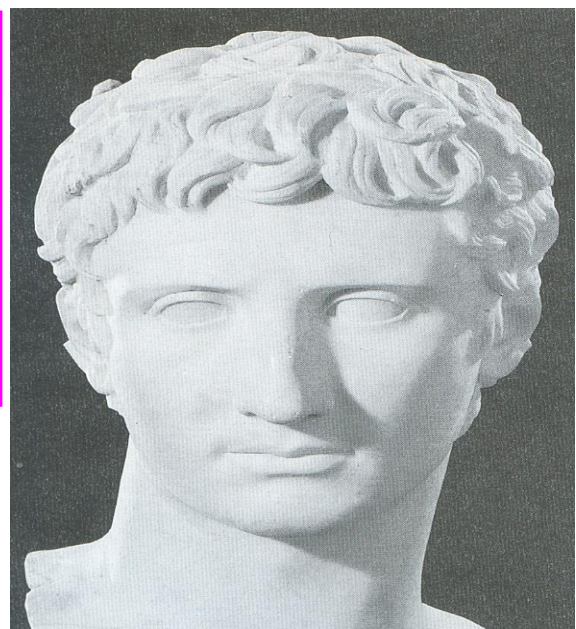
Βυζαντινή περίοδος : 324 μ.Χ-1453 μ.Χ

Η Πελοπόννησος το 146 π.Χ γίνεται ρωμαϊκή επαρχία .Η Κόρινθος καταστρέφεται και δημιουργείται η επαρχία της Αχαΐας που περιλάμβανε την Πελοπόννησο, τα νησιά του Ιονίου, την Ήπειρο, τη Θεσσαλία και τη Στερεά και μόνο η Σπάρτη διατήρησε την αυτονομία της.



(φώτο 40)  
ψηφιδωτό που παριστάνει  
το μήνα Ιανουάριο

Το 31 π.Χ Στη ναυμαχία του Ακτίου η Σπάρτη πολέμησε στο πλευρό του νικητή και ο αυτοκράτορας Αύγουστος όταν ανέλαβε την εξουσία ευεργέτησε την Πελοπόννησο.



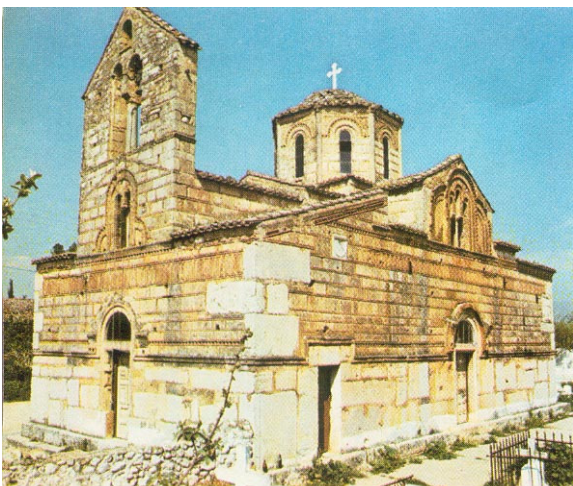
(φώτο 41)  
ο αυτοκράτορας Αύγουστος

Κατά τη ρωμαϊκή περίοδο  
οι άνθρωποι στην  
Πελοπόννησο ασχολούνται  
με την καλλιέργεια της γης.

**Τον 4<sup>ο</sup> αιώνα μ.Χ γίνονται συνεχείς επιδρομές  
βαρβάρων στην Πελοπόννησο και ο ρωμαϊκός  
κόσμος δίνει τη θέση του στο βυζαντινό.**

Τη Βυζαντινή εποχή  
καταργούνται από τον  
αυτοκράτορα Θεοδοσίο οι  
Ολυμπιακοί αγώνες.

Παρόλο που βαρβαρικά φύλα  
κάνουν συνεχώς επιδρομές  
στην Πελοπόννησο όπως,  
Γότθοι ,Ούννοι, Βάνδαλοι κ.α,  
αρχίζει όλο και πιο έντονα ο  
εκχριστιανισμός της  
Πελοποννήσου κάτι που  
φαίνεται και από το μεγάλο  
αριθμό εκκλησιών που  
χτίζονται.



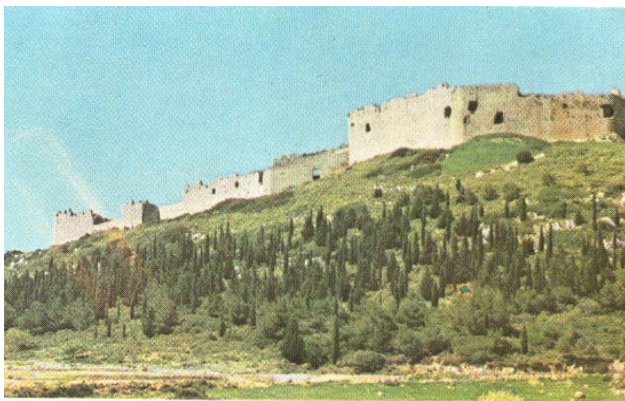
(φώτο 42)

Βυζαντινή εκκλησία στην  
Πελοπόννησο



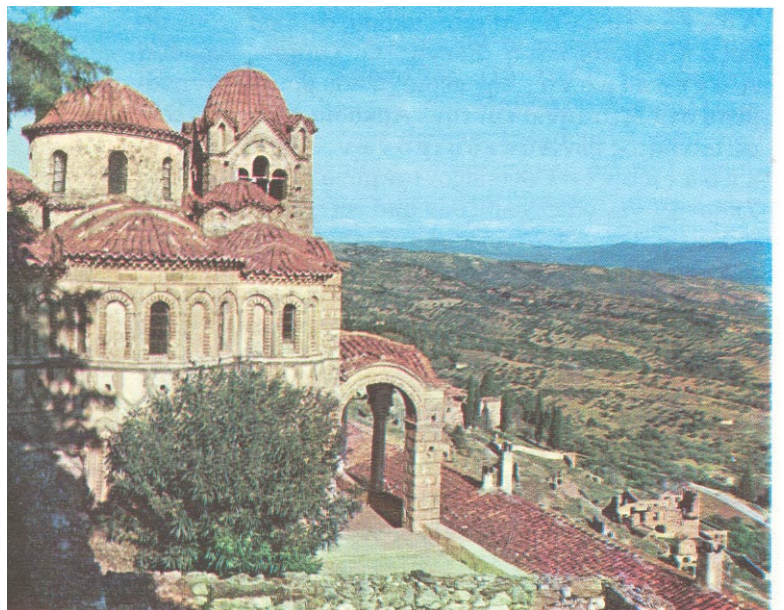
Τον 9<sup>ο</sup> 10<sup>ο</sup> αιώνα κάνουν στην Πελοπόννησο επιδρομές Άραβες και Βούλγαροι .

Το 1204 το Βυζαντινό κράτος καταλύεται από τους Φράγκους και η Πελοπόννησος θα αποτελέσει το πιο οργανωμένο κρατίδιο της αυτοκρατορίας.



( φώτο 43)  
ένα σημαντικό κάστρο από  
τα χρόνια της  
Φραγκοκρατίας

Αργότερα η Πελοπόννησος θα ονομαστεί "**Δεσποτάτο του Μορέως**" και το ελληνικό αυτό κράτος θα κυβερνήσουν 2 πολύ σημαντικές οικογένειες των Παλαιολόγων και των Καντακουζηνών με κέντρο το Μιστρά.



( φώτο 44)  
ο Μιστράς



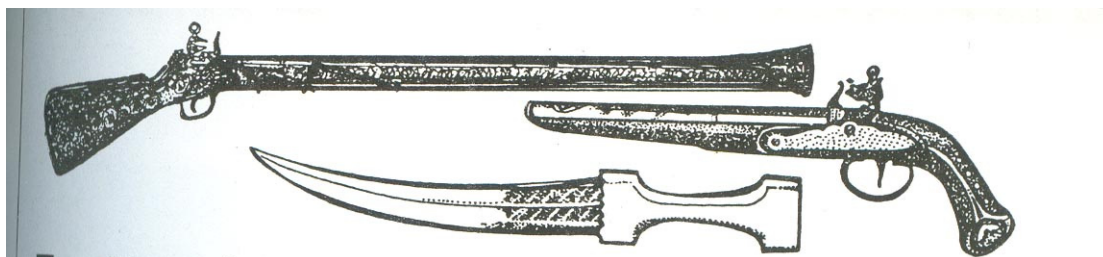
## 11. Οθωμανική εποχή και ανεξαρτησία.

Οι πρώτες τουρκικές επιδρομές στην Πελοπόννησο έγιναν το 1379..Μετά το 1453 οι Παλαιολόγοι την υπερασπίστηκαν με γενναιότητα χωρίς όμως να αποτρέψουν τελικά την τουρκική κατάκτηση το 1479.



Τα χρόνια που ακολούθησαν ήταν πολύ δύσκολα για όλους τους Έλληνες που βρέθηκαν κάτω από τον τουρκικό ζυγό. Στην Πελοπόννησο έγιναν πολλές προσπάθειες για την κατάκτηση της ελευθερίας με αποκορύφωμα την επανάσταση του 1821.

Το Μάρτιο του 1821 ξεκίνησε η επανάσταση από την Πελοπόννησο και από εκεί εξαπλώθηκε σε όλη την Ελλάδα .





(φώτο 45)

Ο Γέρος του Μοριά

**« Ο Θεός έδωσε την υπογραφή του για την ελευθερία της Ελλάδας και δεν παίρνει πίσω την υπογραφή του ».**

**Θεόδωρος Κολοκοτρώνης**

Σημαντικοί σταθμοί στην ιστορία της επανάστασης ήταν η άλωση της Τριπολιτσάς, η απελευθέρωση της Καλαμάτας, η νίκη του Θεόδωρου Κολοκοτρώνη στα Δερβενάκια εναντίον της μεγάλης στρατιάς του Δράμαλη κ.α

**Ο Αγώνας για την ελευθερία χρειάστηκε πολλές θυσίες και κόπους. Η φλόγα της επανάστασης άναψε για πρώτη φορά στον ελληνικό χώρο, στην Πελοπόννησο και η τελική μάχη που έφερε τη λευτεριά δόθηκε πάλι εδώ το 1827 με τη ναυμαχία του Ναβαρίνου.**

**- Βρες πληροφορίες για το Θεόδωρο Κολοκοτρώνη και άλλους σημαντικούς αγωνιστές της Πελοποννήσου.**

## 12. Παραδοσιακά σπίτια και Λαϊκός πολιτισμός



Στο ταξίδι μας στην Πελοπόννησο είδαμε και κάποια σπίτια που μας άρεσαν πολύ. Σας δείχνουμε κάποια από αυτά για να μας πείτε τη γνώμη σας.

Η Αρκαδία κατέχει ένα σημαντικό ρόλο στο χώρο της Ελληνικής παραδοσιακής αρχιτεκτονικής. Βασικό υλικό που χρησιμοποιούσαν οι φημισμένοι Αρκάδες μάστορες ήταν η πέτρα των Αρκαδικών βουνών με την οποία έφτιαχναν γεφύρια, εκκλησίες και αρχοντικά σπίτια.



(φώτο 46)  
σπίτι στη Δημητσάνα



(φώτο 47)  
το σπίτι 'ξενιού'



(φώτο 48)  
σπίτι στη Στεμνίτσα



Οι πύργοι της Μάνης ,λίθινες και πολυόροφες κατασκευές που φτάνουν και τα 25 μ. αποτελούν μοναδική κατηγορία λαϊκών αρχιτεκτονικών έργων. Περίπου 800 πύργοι βρίσκονται διασκορπισμένοι στη Μάνη και οι περισσότεροι είναι σήμερα ακατοίκητοι.

## ΠΥΡΓΟΙ ΣΤΗ ΜΑΝΗ



(φώτο 49)



(φώτο 50)



(φώτο 51)



(φώτο 52)

Η Πελοπόννησος είναι μια περιοχή με πλούσια παράδοση, πολλά ήθη και έθιμα και ανθρώπους που γλεντούν. Τα παιδιά είχαν την ευκαιρία να γνωρίσουν κάποια από αυτά τα έθιμα και τους άρεσαν ιδιαίτερα.



(φώτο 53)

παραδοσιακό γλέντι

Στο γραφικό Λεωνίδιο, την πρωτεύουσα της επαρχίας Κυνουρίας, κάθε χρόνο αναβιώνει ένα από τα μοναδικά και πιο φαντασμαγορικά πασχαλινά έθιμα της Ελλάδας. Είναι το πέταγμα των "αερόστατων" το βράδυ της ανάστασης.



(φώτο 54)  
το πέταγμα του αερόστατου



(φώτο 55)  
το αλώνισμα

Σε παλιό πέτρινο αλώνι πίσω από τη Μονή της Παναγίας στις 17 Αυγούστου, αγρότες από το Βαλτεσινικό συγκεντρώνουν πολλά δεμάτια από την τοπική σοδειά και ετοιμάζουν 7-8 άλογα για το αλώνισμα. Σε αυτό συμμετέχουν οι ίδιοι καθώς και πολλοί κάτοικοι. Το αλώνισμα ξεκινά από το πρωί και κρατά όλη σχεδόν την ημέρα. Γύρω πολύς κόσμος παρακολουθεί και αρκετοί επισκέπτες συμμετέχουν επίσης. Το μεσημέρι γίνεται διακοπή για να ξεκουραστούν και να ποτιστούν τα άλογα, για να συνεχίσει λίγο αργότερα το αλώνισμα μέχρι το απόγευμα.



(φώτο 56)  
το αλώνισμα

- Βρες πληροφορίες για ήθη και έθιμα του τόπου σου και μίλησε στην τάξη σου γι' αυτά.

## 13. Το γλέντι στην Πελοπόννησο

**Στην Πελοπόννησο όπως και σε άλλα μέρη της Ελλάδας οι άνθρωποι γλεντούν με ωραία τραγούδια και όμορφους χορούς.**



(φώτο 57)

γλέντι με δημοτικά τραγούδια  
και παραδοσιακούς χορούς

Η Βαρβάρα και η Μάρω έψαξαν  
και βρήκαν στοιχεία για τους  
παραδοσιακούς χορούς, τα  
δημοτικά τραγούδια και τις  
φορεσιές της Πελοποννήσου και  
σας παρουσιάζουν μερικά .

### Δημοτικό τραγούδι

Το βλέπεις κείνο το βουνό πουν' πιο ψηλ' από τ' άλλα,  
εκεί 'ναι πύργος γυάλινος με κρουσταλλένια τζάμια,  
μέσα κοιμάται μία ξανθιά μίας χήρας θυγατέρα  
και πως να την ξυπνήσουμε και πως να της το πούμε;  
Ξύπνα καημένη Αναστασιά, ξύπνα κι άναψε τη φωτιά,  
ξύπνα κι άναψε τη φωτιά και σβήσε το λυχνάρι,  
γιατί μας πήρε η χαραυγή, το δόλιο μεσημέρι  
παν τα πουλάκια για βοσκή κι οι λυγερές στη βρύση,  
πάνε να πάρουνε νερό, να πιουν και να γεμίσουν."

*Στίχοι από δημοτικό τραγούδι*

-Ξέρεις άλλα παρόμοια παρόμοια ; τραγούδησέ μας ένα στην τάξη σου



## Παραδοσιακές Φορεσιές



(φώτο 58)



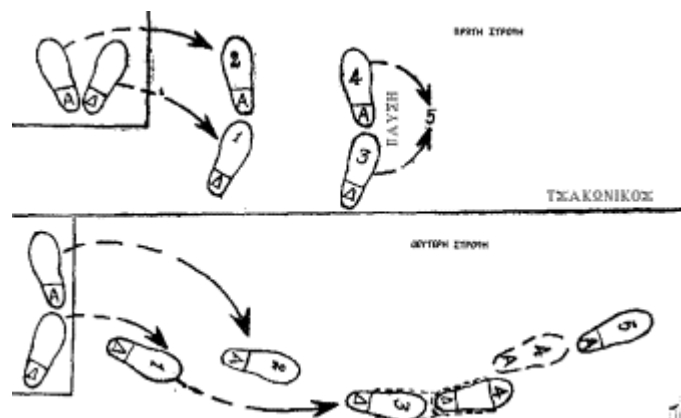
(φώτο 59)

## Χοροί της Πελοποννήσου

### Ο Τσακόνικος

Οι χορευτές πιάνονται από τις παλάμες. Μπορούν επίσης να κρατιούνται σφιχτά από το μπράτσο σαν να φοβούνται μήπως χάσει ο ένας τον άλλο.

Ο χορός γυρίζει κανονικά και σχηματίζει φίδι που κουλουριάζει, ο δε πρωτοχορευτής, όταν θέλει να ξεκουλουριάσει γυρίζει αμέσως δεξιά και με την πλάτη στους υπόλοιπους. Όταν ξεκουλουριάσουν, είτε σταματούν σε γραμμή, είτε κάνουν καμάρα οι δύο πρώτοι, για να περάσουν οι υπόλοιποι από κάτω, παρασταίνοντας έτσι την έξοδο από τον Λαβύρινθο.



- Τι σου θυμίζει ο Λαβύρινθος;
- Ψάξε και βρες και εσύ τραγούδια και φωτογραφίες με φορεσιές του τόπου σου
- Αν γνωρίζεις παραδοσιακούς χορούς του τόπου σου δείξε τα βήματα στους συμμαθητές σου και χορέψτε .

## 14. Ένα αντίο γεμάτο μυρωδιές και γεύσεις!!

Η βόλτα μας στον όμορφο αυτό τόπο τελειώνει με ένα πλούσιο γεύμα με φαγητά και γλυκά που μας έφτιαξαν .

Το τραπέζι ήταν πλούσιο και οι μυρωδιές μας έσπαγαν τη μύτη.  
Τι να διαλέξει κανείς;  
χοιρινό με δαμάσκηνα  
τσακόνικες μελιτζάνες  
κολοκυθοκεφτέδες  
τυρόπιτα  
σαλάτα με γαλοπούλα



Φυσικά από το τραπέζι δεν έλειψαν και τα γλυκά :  
δίπλες  
γαλόπιτα  
εργολάβοι

Η Βαρβάρα , ο Νίκος ,ο Γιώργος και η Μάρω μας παρουσιάζουν μια παραδοσιακή συνταγή από την Πελοπόννησο

## Λαγοτό - Παραδοσιακή Συνταγή Τριπόλεως



### Υλικά:

- 8 -10 μέτρια κομμάτια χοιρινό κρέας
- Λάδι για τσιγάρισμα
- Χυμός ντομάτας ή ντομάτα φρέσκια τριμμένη
- 5 - 6 ολόκληρα σκόρδα (ναι! το έγγραφα καλά)φιλοκομμένα
- 2 χούφτες καρύδια χτυπημένα στο γουδί
- 1 χούφτα τριμμένη φρυγανιά
- Αλάτι, πιπέρι , πιπέρι σε κόκκους, μπαχάρι, 2 - ξυλλάκια κανέλλας (προαιρετικά)

### Εκτέλεση:

Τσιγαρίζουμε τα κομμάτια του χοιρινού στο λάδι μέχρι να ροδίσουν. Σβήνουμε με την ντομάτα και χαμηλώνουμε αμέσως τη φωτιά. Αλατίζουμε. Αφήνουμε να ψηθεί το κρέας σε σιγανή φωτιά αποφέυγοντας να προσθέσουμε νερά, το καλύτερο είναι να προσθέτουμε χυμό ντομάτας. Όταν το κρέας ψηθεί και μόνον τότε φιλοκόβουμε τα σκόρδα ή τα χτυπάμε ελαφρά στο γουδί και τα προσθέτουμε στην κατσαρόλα, αφήνουμε να ψηθούν μαζί για λίγη ώρα και μετά κλείνουμε τη φωτιά. Τότε προσθέτουμε τα καρύδια και την τριμμένη φρυγανιά καθώς και το πιπέρι σε κόκκους και το μπαχάρι.

- Φέρε και εσύ μια παραδοσιακή συνταγή του τόπου σου στην τάξη .

Η υπέροχη βόλτα μας στην Πελοπόννησο τελειώνει εδώ!  
Ελπίζουμε να σας άρεσε όπως και σ'εμάς !!!



## Ενδεικτικό Λεξιλόγιο

Αναβιώνω  
Ακρωτήριο  
Αλώνι  
Αποδημητικά πουλιά  
Αρχιτεκτονική  
Ατρόμητος

Βιότοπος

Γεωλογικές μεταβολές

Δημοτικά τραγούδια  
Διαρρέω  
Διώρυγα  
Δωριείς

Εκχριστιανισμός  
Εξαγνίζω  
Έπαθλο  
Ερυμάνθιος Κάπρος  
Εχθροπραξίες

Ηπειρωτικό κλίμα

Θέατρο  
Θηλαστικά

Ισθμός

Κάπρος  
Καταρράκτης  
Καταφύγιο  
Κατάφυτος  
Κόλπος  
Κυκλώπεια Τείχη

Λίθινος

Μετανάστευση

Ναυμαχία

Οστέινα

Παλαιολιθικός

Πανίδα

Πρόποδες

Πάνας

Παραπόταμος

Πρωτόγονος

Σπήλαιο

Στυμφαλίδες Όρνιθες

Τείχη

Ύδατα της Στυγός

Υδροβιότοπος

Φαντασμαγορικός

Φαρμακευτικό φυτό

Χερσόνησος

Χλωρίδα

## Φωτογραφίες

Φώτο: 3,4,5,6,7,8,9,10,11,13,14,15,16,17,18,40,42,43,44

Πηγή: Εγκυκλοπαίδεια Δομή ,σελ.16-31

Φώτο :41

Πηγή: Ρωμαϊκή τέχνη σελ. 110

Φώτο:1,2,12,19-39,45-59

Πηγή: Διαδίκτυο



**Φτάσαμε στις Κυκλάδες!!!!**



## **ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ**

### **Α΄ ΜΕΡΟΣ.:Βόλτα στις Κυκλάδες**

- 1.Περιεχόμενα
- 2.Στη μέση του Αιγαίου
- 3.Πετώντας πάνω από τις Κυκλάδες
- 4.Το περιβάλλον και η ζωή στις Κυκλάδες
- 5.Η βόλτα συνεχίζεται..

### **Β΄ Μέρος: Ιστορία των Κυκλάδων**

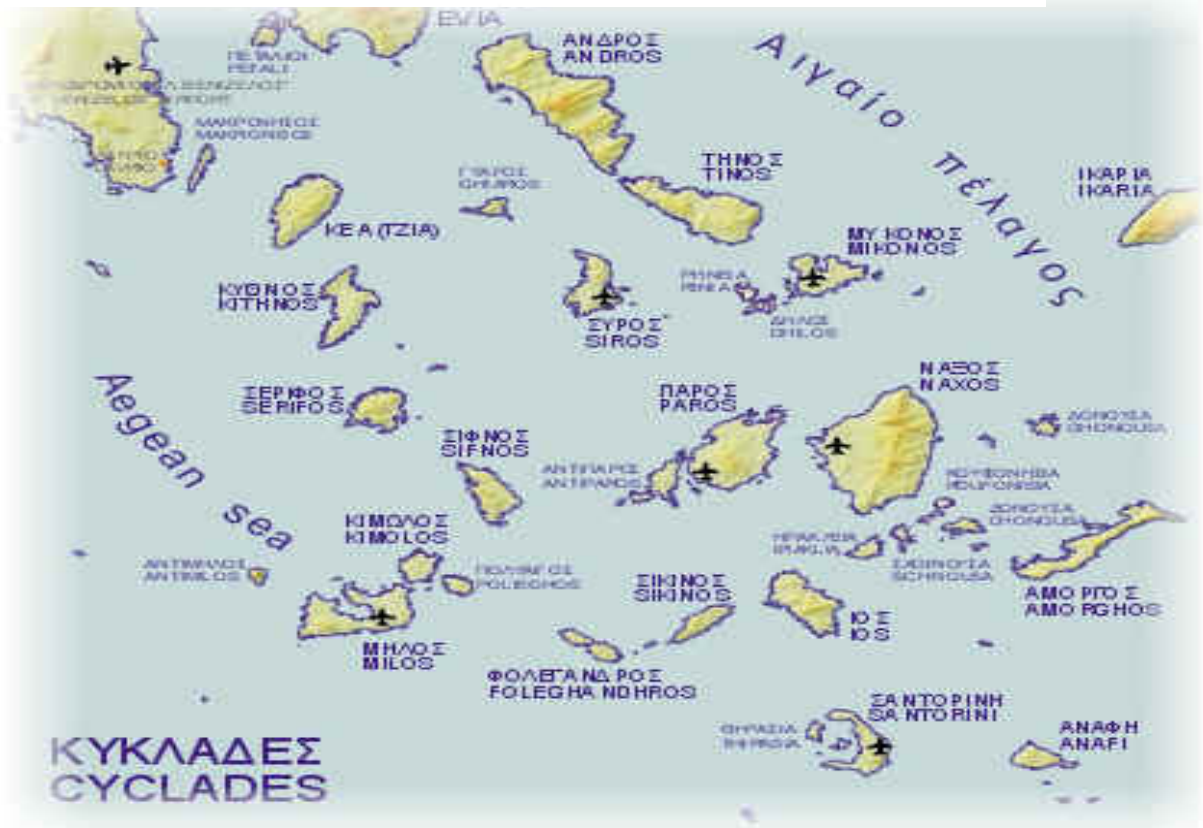
- 6.Ταξιδεύοντας στο χρόνο
- 7.Κυκλαδικός πολιτισμός
- 8.Ιστορίες κοντά στη θάλασσα

### **Γ΄ Μέρος: Γνωριμία με τους κατοίκους**

- 9.Κυκλαδίτικο γλέντι
- 10.Αποχαιρετιστήριο γεύμα

## 1 .Στη μέση του Αιγαίου.

Άλλο ένα ταξίδι ξεκινάει ! Αυτή τη φορά ...



πηγαίνουμε στις όμορφες Κυκλάδες !

Πω πω!!! Τι  
πολλά νησιά  
είναι αυτά!!

Είναι οι  
**Κυκλάδες**!! Στη  
μέση του πελάγους,  
είναι το στολίδι του  
Αιγαίου!!!

Φαίνονται όλα πολύ  
όμορφα από ψηλά!!! Με  
άσπρα σπιτάκια και  
πολλές εκκλησίες!!

Είμαστε εδώ που άνθησε ο  
κυκλαδικός πολιτισμός!!!  
Πάμε θέλω να γνωρίσω όλα  
τα νησιά από κοντά!!!





## 2. Πετώντας πάνω από τις Κυκλάδες

Μα γιατί έχουν τόσο περίεργο σχήμα;

Σύμφωνα με τους γεωλόγους, οι Κυκλάδες δημιουργήθηκαν πριν από εκατομμύρια χρόνια από τις γεωλογικές αναστατώσεις της στεριάς που παλιά ένωνε την Ελλάδα με τη Μικρά Ασία. Σεισμοί και εκρήξεις ηφαιστειών έδωσαν στα νησιά τη σημερινή τους μορφή.

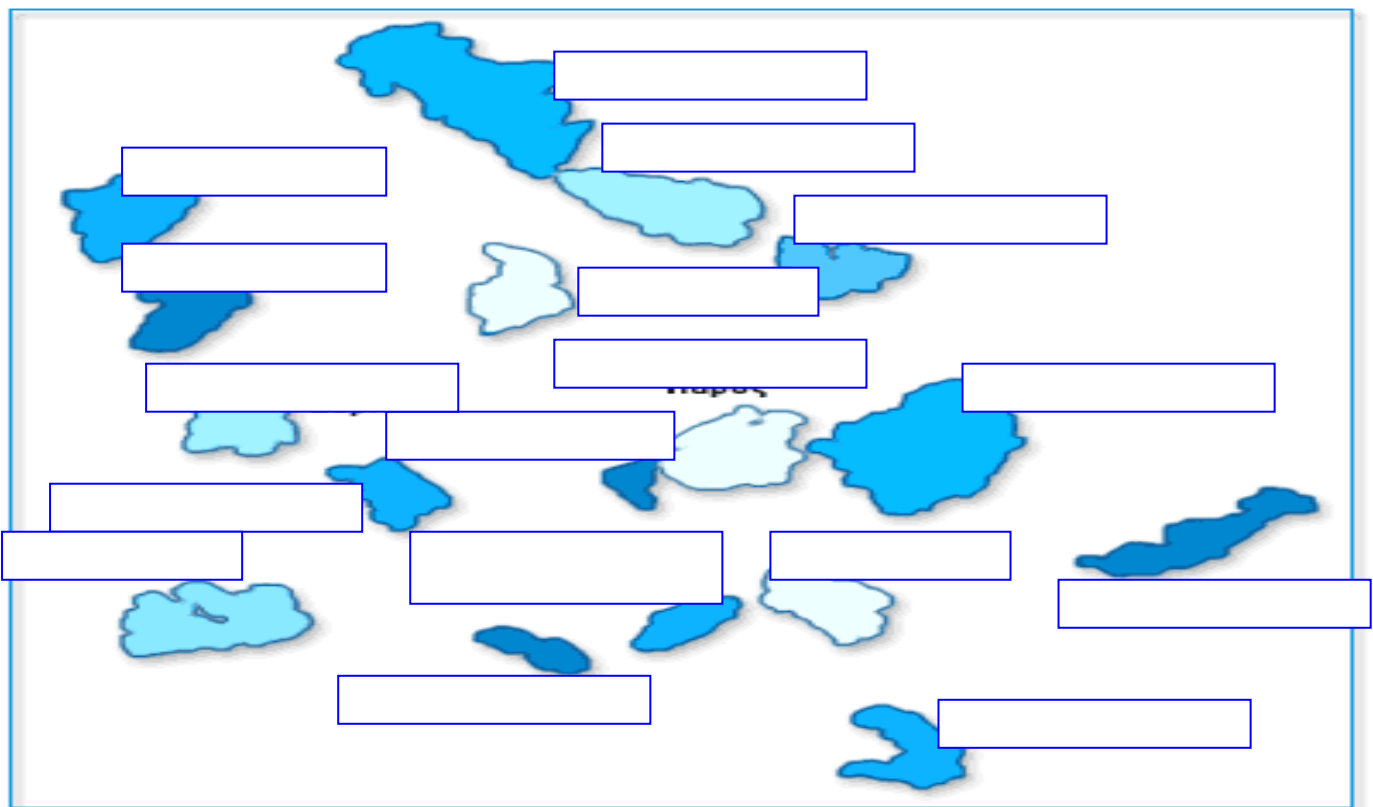
Και από πού πήραν το όνομά τους;

Εγώ έχω ακούσει ότι πήραν το όνομά τους από τις νύμφες Κυκλάδες που ο Ποσειδώνας μεταμόρφωσε σε βραχονησίδες όταν προκάλεσαν την οργή του.

Εγώ πάλι έχω διαβάσει ότι το όνομά τους έχει σχέση με τη λέξη κύκλος, είτε επειδή εκτείνονται γύρω από τη Δήλο σε νοητό κύκλο είτε επειδή οι άνεμοι, που φυσούν ορμητικοί, ανάγκαζαν τα πλοία να περιστρέφονται κυκλικά.



Γράψε τα ονόματα των νησιών μέσα στα μπλε πλαίσια.



Οι Κυκλάδες βρέχονται από το Αιγαίο, το Μυρτώο και το Κρητικό Πέλαγος.  
Συγκροτούν έναν αυτοτελή νομό με πρωτεύουσα την Ερμούπολη της Σύρου.

- Δείξε στο χάρτη τις θάλασσες που βρέχουν τις Κυκλάδες.

### 3. Τοπία και ζωή στις Κυκλάδες



(φώτο 1)  
τοπίο από τις Κυκλάδες

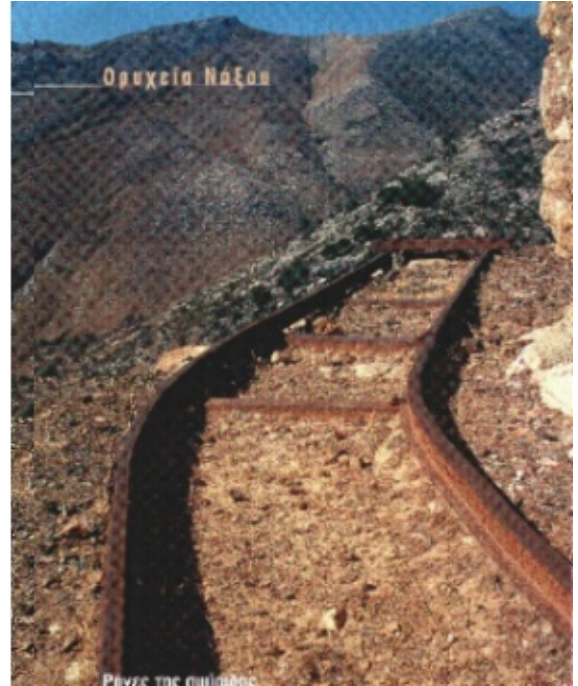
Το έδαφος των Κυκλάδων είναι ορεινό. Δεν υπάρχουν πεδινές εκτάσεις, αλλά μόνο μικρές κοιλάδες και κάμποι. Τα νησιά αυτά φαίνονται σαν βράχοι ξεροί, άγονοι, με νερό λιγοστό και χώμα λεπτό.



(φώτο 2)  
ορεινό τοπίο στη Σίκινο



**Στις Κυκλάδες λειτουργούν αρκετά μεταλλεία, καθώς όλα σχεδόν τα νησιά είναι πλούσια σε μεταλλεύματα και ορυκτά. Από τα πιο φημισμένα είναι τα μάρμαρα της Νάξου, της Πάρου και της Τήνου και η σμύριδα της Νάξου.**



(φώτο 3-4)

σμυριδωρυχεία στη Νάξο

**-Υπάρχουν στην περιοχή σου μεταλλεία και λατομεία ;  
Αν ναι βρες πληροφορίες γι'αυτά**

Εκείνο που κάνει τα νησιά των Κυκλάδων να ξεχωρίζουν είναι το άσπρο και μπλε χρώμα τους. Με τα κάτασπρα σπίτια και τα μπλε ξύλινα παράθυρα, τα στενά λιθόστρωτα, τις πολλές εκκλησίες, τα μοναστήρια, τα κάστρα, τους ανεμόμυλους και τις αρχαιότητες, οι Κυκλάδες ξεχωρίζουν όχι μόνο στο Αιγαίο, αλλά και στη Μεσόγειο.



(φώτο 5)



(φώτο 6)

λευκά τοπία



(φώτο 7 -8) σπίτια της Πάρου



(φώτο 9)  
πέτρινο δρομάκι στην  
Αμοργό

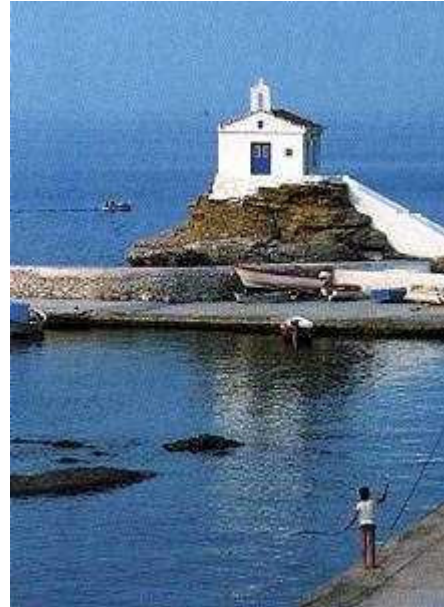
**-Σύγκρινε τα σπίτια και τα τοπία των Κυκλάδων με αυτά του τόπου σου. Ποιες είναι οι ομοιότητες και ποιες οι διαφορές ;Βρες φωτογραφίες από όμορφα τοπία της περιοχής σου.**



## Τα εκκλησάκια των Κυκλάδων



(φώτο 10)



(φώτο 11)



(φώτο 12)



(φώτο 13)



(φώτο 14)

Οι ανεμόμυλοι αποτελούν ένα από τα σύμβολα των Κυκλάδων. Κατάλευκοι, κυκλικοί, με ξύλινη κωνική οροφή παίρνουν ζωή από τον άνεμο. Παλαιότερα χρησιμοποιούνταν για το άλεσμα των δημητριακών, ενώ σήμερα πολλοί από αυτούς έχουν μετατραπεί σε μουσεία ή λειτουργούν ως ανακαινισμένες κατοικίες.



(φώτο 15)



(φώτο 16)

Μόνες ή πολλές μαζί οι γάτες των Κυκλάδων αποτελούν αναπόσπαστο κομμάτι της ζωής των νησιών αυτών. Ζουν ελεύθερες, χωρίς αφεντικό και κάθε μέρα αναζητούν νέο καταφύγιο. Έχουν πολύ καλή σχέση με τους ψαράδες και η ομορφιά τους είναι εφτάψυχη...



(φώτο 17)



(φώτο 18)



(φώτο 19)

οι ψαράδες των Κυκλάδων

Οι κάτοικοι των Κυκλάδων ασχολούνται με την **καλλιέργεια της ελιάς και τα αμπέλια**. Πολλοί είναι και αυτοί που ασχολούνται με την **κτηνοτροφία** των μικρών ζώων (αιγοπρόβατα), αλλά περισσότεροι είναι οι ψαράδες. Σοβαρό ρόλο στην οικονομία των νησιών παίζει και ο **τουρισμός**, τόσο γιατί τα νησιά είναι όμορφα όσο και για τις αρχαιότητες που διαθέτουν.



Σχεδόν όλα τα αγροτόσπιτα της μυκονιάτικης υπαίθρου διέθεταν μαζί με τους αχυρώνες, τις αποθήκες και τους στάβλους, και έναν περιστεριώνα. Σε αυτούς εκτρέφονταν παλαιότερα τα περιστέρια, τα οποία ήταν περιζήτητα για το νόστιμο κρέας τους και το εξαιρετικό τους λίπασμα. Σήμερα υπάρχουν εκατοντάδες περιστεριώνες στο νησί που έχουν δημιουργηθεί καθαρά για διακοσμητικούς λόγους. Είναι έργα λαϊκών τεχνιτών που με βοήθo τη φαντασία τους, τους διακοσμούν με ρόμβους, τρίγωνα, ήλιους κτλ



(φώτο 20)-(φώτο 22)

### Περιστεριώνες





## 4. Η βόλτα στα νησιά συνεχίζεται ....

### Ανάφη

Η Ανάφη πήρε το όνομά της επειδή εκεί ανεφάνη ο Απόλλωνας. Ο Απόλλωνας θέλοντας να βοηθήσει τους Αργοναύτες που πάλευαν με τα κύματα, σημάδεψε με το τόξο του κι εκεί που έπεσε η σαΐτα του, έλαμψε ένα φως και εμφανίστηκε το



(φώτο 23) Ανάφη

Χρυσάφενιες αμμουδιές, ξηρό κλίμα και βαθυπράσινα νερά



(φώτο 24) Ανάφη

Τα Αναφιώτικα είναι ένας οικισμός σφηνωμένος στους πρόποδες της Ακρόπολης, με ολόλευκα σπίτια με θόλους και με στενά δρομάκια φτιαγμένα από πέτρα κάτι σαν μικρογραφία της Ανάφης. Οι Αναφιώτες ήρθαν εδώ για να εργαστούν ως οικοδόμοι στα ανάκτορα του βασιλιά Όθωνα.

## ΑΜΟΡΓΟΣ

Το νησί βρίσκεται κάτω από τη Νάξο. Το μακρόστενο σχήμα και η ορεινή φύση της Αμοργού δημιουργούν βραχώδεις ακτές με αμμώδεις παραλίες.

Κατά τους Ρωμαϊκούς χρόνους, η Αμοργός υπήρξε τόπος εξορίας, ενώ κατά τους Βυζαντινούς χρόνους αναβαθμίστηκε, αποκτώντας μάλιστα και ένα μοναστήρικόσμημα αυτό της Παναγίας Χοζοβιώτισσας (9ος αι.).

Εδώ δημιουργήθηκε η Μινώα, το μυθικό θέρετρο του Μίνωα, όταν ο μινωικός πολιτισμός κυριάρχησε στον κυκλαδικό.



(φώτο 25) η Αμοργός

Μα δεν είναι  
υπέροχα όλα  
τα νησιά:

Έχεις δίκιο  
είναι σαν  
στολίδια πάνω  
στη θάλασσα



## ΙΟΣ

Η Ίος ή Νιος είναι το νησί στο οποίο άφησε την τελευταία του πνοή ο Όμηρος, ο μεγάλος Έλληνας



-Τι ξέρετε για τον Όμηρο;

(φώτο 26)

Ίος

Στα αξιοθέατα της Ίου είναι ο πύργος ελληνιστικής εποχής και τα ερείπια αρχαίου υδραγωγείου.

## ΚΕΑ

Η Κέα ή Τζιά, είναι το βορειότερο νησί των Δυτικών Κυκλάδων. Βρίσκεται σχεδόν ακριβώς απέναντι από την Αθήνα και γεωλογικά είναι η συνέχεια του Σουνίου.



(φώτο 27) η Κέα

Σε όλο το νησί υπάρχουν πέρδικες και για την προστασία τους απαγορεύεται το κυνήγι.



(φώτο 28)  
πέρδικα

### ΚΙΜΩΛΟΣ

Η Κίμωλος βρίσκεται ανάμεσα στα νησιά Μήλο και Σίφνο. Είναι λοφώδες νησί. Οι κάτοικοί της ασχολούνται με τη ναυτιλία, τη γεωργία και την εξόρυξη «κιμωλίας γης».



(φώτο 29) η Κίμωλος

Στην Κίμωλο μόνον υπάρχει η μπλε σαύρα και ο βόας του Εργίνου. Εδώ βρίσκεται επίσης ο μεγαλύτερος αριθμός φώκιας μονάχους-μονάχους στη Μεσόγειο! Υπάρχουν ακόμη θαλασσοκόρακες, η χρυσή κουκουβάγια, αητογερακίνες καθώς και ερωδιοί.





Copyright Ed Robinson 1995  
(φώτο 30) η φώκια μονάχους -μονάχους



**-Βρες και εσύ φωτογραφίες από σπάνια ζώα του τόπου σου**

(φώτο 31) θαλασσοκόρακας

## **ΚΥΘΝΟΣ**

Η Κύθνος ή Θερμιά  
βρίσκεται ανάμεσα στη  
Τζια και στη Σέριφο.



(φώτο 32) η Κύθνος

Τα στενά γραφικά πλακόστρωτα δρομάκια είναι ζωγραφισμένα με όμορφα σχέδια από ασβέστη με θέματα από τη νησιώτικη ζωή.

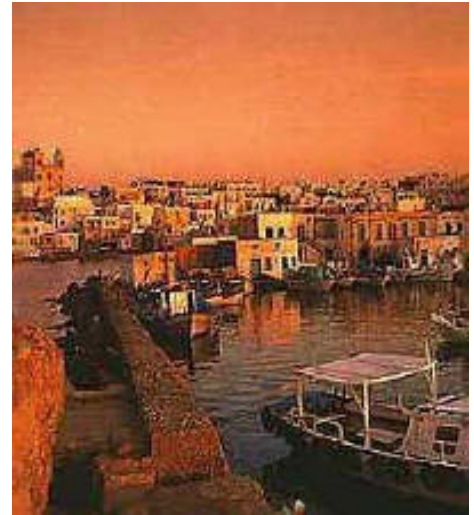


(φώτο 33) γραφικό σοκάκι στην Κύθνο

Στη χώρα βρίσκονται και οι εγκαταστάσεις για την παραγωγή αιολικής και ηλιακής ενέργειας που καλύπτουν το ένα τρίτο των αναγκών του νησιού σε ρεύμα.

## ΠΑΡΟΣ

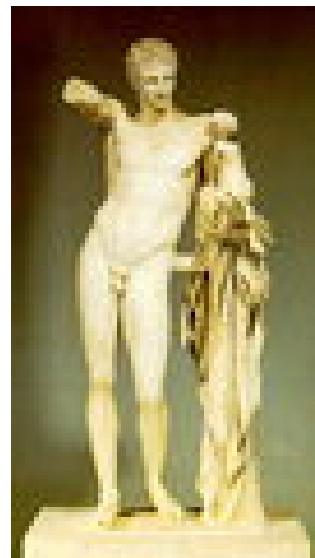
Η Πάρος, τρίτη σε μέγεθος μετά τη Νάξο και την Άνδρο, έχει εξελιχθεί τα τελευταία χρόνια σε σύγχρονο τουριστικό κέντρο.



(φώτο 34)  
το λιμάνι στην Πάρο

Η Πάρος κατοικήθηκε για πρώτη φορά από τους Κρήτες του Μίνωα, που χρησιμοποίησαν το νησί σαν ναύσταθμο για τη μεγάλη ναυτική τους δύναμη.

Το παριανό μάρμαρο, από το οποίο έγιναν πολλά από τα αριστουργήματα της αρχαιότητας, ήταν και η αφορμή να αναδειχτούν στο νησί οι θαυμάσιοι γλύπτες της εποχής εκείνης.



(φώτο 35)  
ο Ερμής του Πραξιτέλη  
κατασκευασμένος  
από παριανό  
μάρμαρο

-Μπορείς να βρεις και εσύ άλλα έργα της αρχαιότητας φτιαγμένα από παριανό μάρμαρο;



(φώτο 36) η Παναγία η Εκατονταφυλιανή

Αξίζει να προσκυνήσουμε στην εκκλησία την Εκατονταφυλιανή που είναι από τα σπουδαιότερα βυζαντινά μνημεία στην Ελλάδα.

## **ΣΙΚΙΝΟΣ**

Η Σίκινος είναι ένα μικρό πετρώδες νησί. Το πράσινο είναι λιγοστό.

Πολλά σπίτια του οικισμού του νησιού δεν κατοικούνται σήμερα λόγω της μείωσης του πληθυσμού. Το νερό εξασφαλίζεται από στέρνες κι από ένα μικρό υδραγωγείο.



(φώτο 37) Η Σίκινος

**Σπεσιαλιτέ του νησιού είναι η σαλάτα με κάπαρη και ξινόγαλο, το παστέλι και το τοπικό θυμαρίσιο μέλι.**



## ΣΙΦΝΟΣ



(φώτο 38)  
το λιμάνι στη Σίφνο



(φώτο 39)  
παραδοσιακό σπίτι  
της Σίφνου

Σύμφωνα με την επικρατέστερη εκδοχή, η Σίφνος πήρε το όνομά της από τον πρώτο άποικο του νησιού, που ήταν γιος του ήρωα της Αττικής Σουνίου. Μια δεύτερη εκδοχή της προέλευσης του ονόματος προέρχεται από το αρχαίο επίθετο "σίφνος", που σημαίνει άδειος ή κενός, επειδή πίστευαν ότι το νησί ήταν κούφιο, αποτέλεσμα το πολλών υπόγειων στοών που οδηγούσαν στα ορυχεία χρυσού και αργύρου

## ΦΟΛΕΓΑΝΔΡΟΣ



(φώτο 40)  
το λιμάνι στη Φολέγανδρο

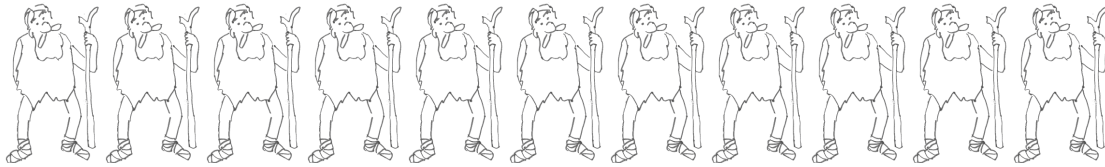


(φώτο 41)  
γραφική πλατεία στη Φολέγανδρο

Η Φολέγανδρος είναι ένα μικρό νησί των νοτίων Κυκλάδων, που ανήκει στην επαρχία Μήλου. Έχει μόλις 300 κατοίκους. Είναι άγονο και βραχώδες.

Το νησί αποικήθηκε για πρώτη φορά από Κρήτες με επικεφαλής το Φολέγανδρο, από τον οποίο πήρε και το όνομά του.

## 5. Ταξιδεύουμε στο χρόνο συντροφιά με τους παππούδες



Μεσολιθική Εποχή 11000-6800 π.Χ

Νεολιθική Εποχή 6800-3200 π.Χ

**Εποχή Χαλκού:**

1. Πρωτοκυκλαδικός πολιτισμός

3200-2000 π.Χ

2. Μεσοκυκλαδικός πολιτισμός

2000-1550 π.Χ

3. Υστεροκυκλαδικός πολιτισμός

1550-1100 π.Χ

Γεωμετρική Εποχή 1050-700 π.Χ

Αρχαϊκή Εποχή 8ος-6ος αιώνας π.Χ

Κλασική Εποχή 5ος – 4ος αιώνας π.Χ

Ρωμαϊκή Εποχή 146 π.Χ-324 μ.Χ

Βυζαντινή Εποχή 324 μ.Χ- 1453

Οθωμανική Περίοδος 1453 -1821

Γύρω στα 7000 π.Χ  
κατοικούνται για πρώτη  
φορά οι Κυκλάδες .

Την Εποχή του χαλκού  
ανθίζει ένας σπουδαίος  
πολιτισμός ο  
κυκλαδικός. Από το  
**3200-2800 π.Χ**  
αναπτύσσεται η ναυτιλία  
και το εμπόριο, ακόμη  
δημιουργούνται τα  
πρώτα λιμάνια και οι  
πρώτοι οχυρωμένοι  
οικισμοί.

Από το **2300 π.Χ** έως το  
**1650 π.Χ** πολλά σπουδαία  
γεγονότα συμβαίνουν στις  
Κυκλάδες . Πολλοί οικισμοί  
καταστρέφονται , Μινωίτες  
αρχίζουν να εισδύουν στις  
Κυκλάδες γύρω στο **2000**  
**π.Χ** ενώ το **1650** γίνεται  
έκρηξη του ηφαιστείου της  
Σαντορίνης.

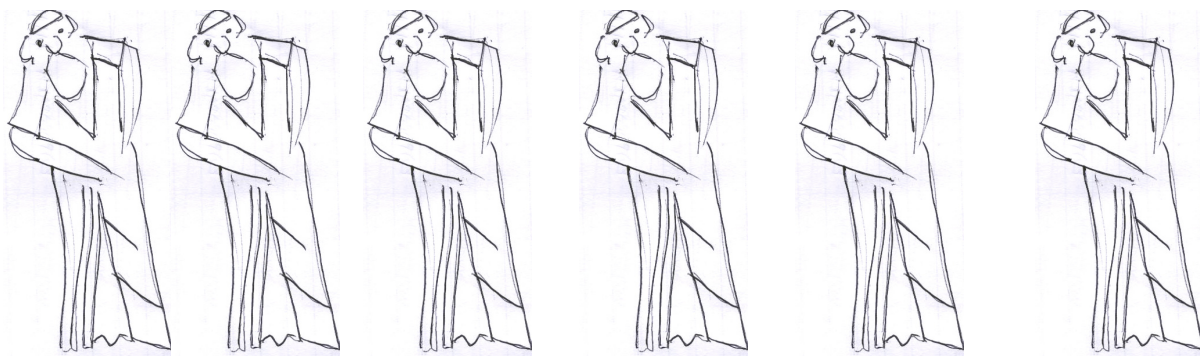
**1500-1100π.Χ** οι Μυκηναίοι εισβάλλουν και αρχίζει να παρακμάζει ο Κυκλαδικός και ο Μινωικός πολιτισμός.

### **1100-900 π.Χ**

Κατάρρευση Μυκηναϊκού πολιτισμού.  
Εισβολή Δωριέων. Μετακινήσεις Ιώνων προς τις Κυκλάδες

Η Νάξος γνωρίζει σημαντική ακμή κατά τους ιστορικούς χρόνους **900-600 π.Χ** ενώ το **700 π.Χ** η Δήλος γίνεται σημαντικό θρησκευτικό κέντρο.

Την Κλασική Εποχή οι Πέρσες καταλαμβάνουν τις Κυκλάδες (**490 π.Χ**), το **478 π.Χ** ιδρύεται η Αθηναϊκή Συμμαχία μέλος της οποίας είναι και οι Κυκλάδες και από το 431-404 π.Χ παίρνουν μέρος στον Πελοποννησιακό πόλεμο στο πλευρό των Αθηναίων.





**Ενετοκρατία.(1204  
μ.Χ)**

Πολλά νησιά πέφτουν  
στα χέρια των Ενετών

Τα Ρωμαϊκά χρόνια  
διαδίδεται ο χριστιανισμός

**1566**

Κατάληψη των Κυκλάδων από  
τους Τούρκους. Καθεστώς  
ημιαυτονομίας στις Κυκλάδες.

Το **1768** για ένα μικρό  
διάστημα οι Ρώσοι  
καταλαμβάνουν τις  
Κυκλάδες και το 1774  
με τη συνθήκη του  
Κιουτσούκ Καϊναρτζή  
παραχωρούνται  
προνόμια στις  
Κυκλάδες.

Το **1821** αρχίζει ο αγώνας για την  
ανεξαρτησία και οι Κυκλάδες παίζουν  
πολύ σημαντικό ρόλο .Σημαντική  
είναι η δράση του ναυτικού της  
Μυκόνου με επικεφαλής τη Μαντώ  
Μαυρογένους

**Το 1830 με τη συνθήκη του Λονδίνου οι  
Κυκλάδες περιέρχονται στο ελληνικό  
κράτος .**

**Το 19<sup>ο</sup> αιώνα αναπτύσσεται  
το εμπόριο και η ναυτιλία με κέντρο τη  
Σύρο .**

**Στις μέρες μας οι Κυκλάδες  
γνωρίζουν ραγδαία ανάπτυξη του  
τουρισμού.**

Υπολογίζω 3 παππούδες για κάθε 100 χρόνια !

Μεσολιθική Εποχή :Πριν από.....παππούδες

Νεολιθική Εποχή :Πριν από.....παππούδες

Πρωτοκυκλαδικός Πολιτισμός :Πριν από.....παππούδες

Μεσοκυκλαδικός Πολιτισμός :Πριν από.....παππούδες

Υστεροκυκλαδικός Πολιτισμός :Πριν από.....παππούδες

Έκρηξη ηφαιστείου της Θήρας :Πριν από.....παππούδες

Κατάληψη Κυκλάδων από τους Τούρκους :Πριν  
από.....παππούδες

Οι Κυκλάδες περιέρχονται στο ελληνικό κράτος :Πριν  
από.....παππούδες



Γράψε το όνομα του παππού σου .....

## 6.Αγαλματάκια ακούνητα κι αγέλαστα...



Ο πολιτισμός που άνθησε στις Κυκλάδες την 3η χιλιετία π.Χ. κυριάρχησε στο Αιγαίο. Οι πληροφορίες μας σχετικά με τον κυκλαδικό πολιτισμό προέρχονται κυρίως από νεκροταφεία που φανερώνουν την οργάνωση των οικισμών τους. Ο Κυκλαδικός πολιτισμός άρχισε να ερευνάται το 1898 από τον έλληνα αρχαιολόγο Χρ. Τσούντα.



(φώτο 42) λεπίδες από οψιανό

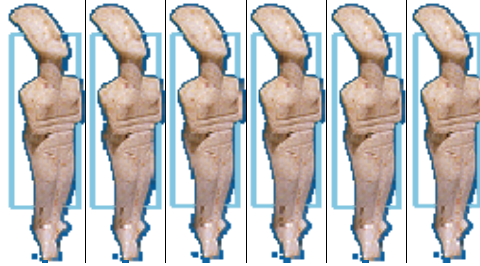
Από νωρίς οι Κυκλαδίτες ανέπτυξαν τη ναυπηγική και τη ναυσιπλοΐα αλλά και εκμεταλλεύτηκαν τον ορυκτό πλούτο των νησιών: οψιανός από τη Μήλο, μάρμαρο από τη Νάξο και την Πάρο, χαλκός και άργυρος από τη Σίφνο είναι μερικά από τα υλικά στα οποία βασίστηκαν η τέχνη και το εμπόριο των Κυκλάδων.



(φώτο 43) σκεύος με παράσταση πλοίου

## Κυκλαδικός πολιτισμός(3200-1100 π.Χ.)

Ο Κυκλαδικός πολιτισμός διαιρείται σε τρεις φάσεις: **την Πρωτοκυκλαδική** (3200-2000 π.Χ.), **τη Μεσοκυκλαδική** (2000-1550 π.Χ.) και **την Υστεροκυκλαδική** (1550-1100 π.Χ.).



### Πρωτοκυκλαδικός Πολιτισμός (3200-2000 π.Χ.)

Οι κάτοικοι της εποχής ζούσαν κοντά στη θάλασσα σε ανοχύρωτους οικισμούς και ασχολούνταν με τη ναυτιλία και το εμπόριο. Οι κάτοικοι ζουν σε οργανωμένους οικισμούς, ασχολούνται με το εμπόριο, την αλιεία και τη γεωργία

Τα ειδώλια είναι αγαλματάκια κατασκευασμένα από μάρμαρο και παριστάνουν κυρίως γυναικείες μορφές. Υπάρχουν και ειδώλια αντρικών μορφών, αλλά είναι σπάνια. Τα ειδώλια λέγεται ότι τοποθετούνταν μαζί με το νεκρό στον τάφο για να τον συντροφεύουν στο θάνατο.



(φώτο 44-45-46)

μαρμάρινα ειδώλια



## Κεραμική

Σημαντική θέση στον κυκλαδικό πολιτισμό κατέχει η κεραμική. Μπορούμε να δούμε πυξίδες, φιάλες και διάφορα άλλα αγγεία. Γνωστά είναι τα "τηγανόσχημα" σκεύη, που δεν προορίζονταν για πρακτική χρήση, αλλά χρησιμοποιούνταν στη ναυσιπλοΐα.



(φώτο 47)

πήλινο τηγανόσχημο σκεύος

## Μεταλλοτεχνία

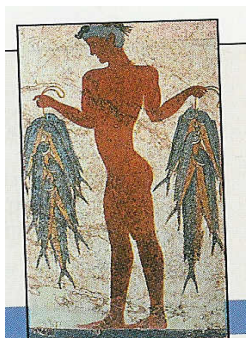
Η μεταλλουργία γνώρισε μεγάλη άνθηση κατά την Πρωτοκυκλαδική II περίοδο (2800-2300 π.Χ.). Στα νησιά παράγονταν ο χαλκός, ο άργυρος και ο μόλυβδος. Από τα πιο συνηθισμένα καθημερινά εργαλεία είναι τα μαχαίρια και οι βελόνες από μπρούντζο. Στον οπλισμό του Κυκλαδίτη ανήκουν τα εγχειρίδια, τα οποία είναι τριγωνικά σε όλο το μήκος της λεπίδας.



(φώτο 48)

χάλκινα εργαλεία

## Μεσοκυκλαδικός Πολιτισμός (2000-1550 π.Χ.)



Οι εμπορικοί σταθμοί που είχαν δημιουργήσει οι Κυκλαδίτες θα περάσουν στα χέρια των Μινωιτών. Η ζωή συνεχίζεται στους ίδιους συνοικισμούς, οι κάτοικοι ασχολούνται με την αλιεία και τη γεωργία, ενώ η επίδραση της μινωικής Κρήτης γίνεται συνεχώς εντονότερη σε όλους τους τομείς, ιδιαίτερα στην τέχνη.

-Τι γνωρίζεις για το μινωικό πολιτισμό;



(φώτο 49)  
πήλινο αγγείο  
από τη Μήλο

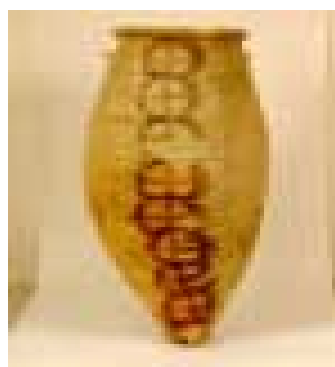
- Τι γνωρίζετε για την κάθοδο των Δωριέων;

### Υστεροκυκλαδικός Πολιτισμός (1550-1100 π.Χ.)

Αμέσως μετά την έκρηξη του ηφαιστείου της Θήρας (1450 π.Χ. περίπου) οι Κυκλαδίτες δέχονται την κυριαρχία των Μυκηναίων. Με την κάθοδο των Δωριέων νέα αναστάτωση επικρατεί στο χώρο του Αιγαίου. Στα περισσότερα νησιά εγκαθίστανται Ίωνες άποικοι και μόνο στη Μήλο και τη Θήρα θα εγκατασταθούν Δωριείς.



(φώτο 50)  
τοιχογραφία από τη Μήλο



(φώτο 51)  
πιθάρι με σύμβολα από  
τη Θήρα

## 8. Ιστορίες κοντά στη θάλασσα..

Ώρα να πούμε  
μια ιστορία .Ε τι  
λέτε;

Ναι να κάτσουμε  
δίπλα στη θάλασσα  
και να σε  
ακούσουμε

Έχετε ακούσει για  
το Θησέα και την  
Αριάδνη ;



Τα παιδιά αποφάσισαν να μας πουν το μύθο του Θησέα  
και της Αριάδνης .`





(φώτο 52)

Η Αθηνά προστάζει  
το Θησέα να εγκαταλείψει  
την Αριάδνη



(φώτο 53)

Η Αριάδνη δίνει το  
κουβάρι στο Θησέα

Ο Θησέας ήταν ο ήρωας από την Αθήνα που κατάφερε να σκοτώσει το Μινώταυρο στο παλάτι της Κνωσού. Εκεί γνώρισε την κόρη του βασιλιά Μίνωα, την Αριάδνη, η οποία τον βοήθησε να βγει από τον Λαβύρινθο δίνοντάς του ένα κουβάρι (μίτο), το οποίο ξετύλιγε όσο προχωρούσε στο Λαβύρινθο. Ο Θησέας φεύγοντας από την Κρήτη πήρε μαζί του την Αριάδνη. Στο δρόμο προς την Αθήνα σταμάτησαν στη Νάξο όπου εκεί η Θεά Αθηνά πρόσταξε το Θησέα να εγκαταλείψει την Αριάδνη και να φύγει. Σύμφωνα με το μύθο η Αριάδνη λυπήθηκε πολύ γι' αυτό και αυτοκτόνησε πέφτοντας από τα βράχια στη θάλασσα.

- Τι ξέρεις για το Μινώταυρο και το βασιλιά Μίνωα;
- Γνωρίζεις κάποιο μύθο που να συνδέεται με τη δική περιοχή σου;



## 9.Κυκλαδίτικο γλέντι!

Παιδιά , για τους ανθρώπους των Κυκλάδων ο χορός και το τραγούδι είναι πολύ σημαντικά. Εμείς βρεθήκαμε σε ένα κυκλαδίτικο γλέντι και σας δείχνουμε τι μάθαμε



(φώτο 54 )

γλέντι με νησιώτικους χορούς

Οι χοροί των Κυκλάδων είναι επηρεασμένοι από την καθημερινή ζωή στα νησιά. Το πέταγμα του γλάρου, οι κινήσεις των κυμάτων ,το μάζεμα των διχτυών κ.α πέρασαν αυθόρμητα και στα βήματα των χορών αυτών..

- Μπορείς να ζωγραφίσεις κάποιες σκηνές από την καθημερινή ζωή στα νησιά ;

Αγέρανος ένας νησιώτικος χορός, χωρίς μουσική.

ο αγέρανος είναι ένας χορός αργός και ρυθμικός που τον συναντούμε στην Πάρο. Ο χορός αυτός δεν συνοδεύεται από μουσικά όργανα παρά μόνο από την ανθρώπινη φωνή. Οι χορευτές κρατούν σφιχτά τα χέρια και σχηματίζουν ένα κύκλο ,σαν μια ζωντανή αλυσίδα, κάποιος αρχίζει να τραγουδάει κάποια λόγια και οι υπόλοιποι απαντούν.

-Εσύ γνωρίζεις κάποιο χορό του τόπου σου; Αν ναι προσπάθησε να τον μάθεις και στους συμμαθητές σου.

Μεσ' στου Αιγαίου, μπρόβαλε να δεις  
μεσ' στου Αιγαίου, Αιγαίου τα νησιά  
Α μεσ' στου Αιγαίου τα νησιά αγγέλοι φτερουγ  
ίζουν

Α και μέσα στο φτερούγισμα τριαντάφυλλα σκ  
ορπίζουν

Αιγαίο μου γα- βοήθα Παναγιά μου  
Αιγαίο μου γα- μου γαλήνεψε  
Αιγαίο μου γαλήνεψε τα γαλανά νερά σου

Να ρθούνε τα ξε- μπρόβαλε να δεις  
να ρθούνε τα ξε- τα ξενάκια σου  
Α να ρθούνε τα ξενάκια σου στα ποθητά νησιά  
σου

Ροδόσταμο να μπρόβαλε αστρί μου  
ροδόσταμο να να γίνουνε  
Α ροδόσταμο να γίνουνε Αιγαίο τα νερά

Νησιώτικο  
τραγούδι

-Γνωρίζεις και εσύ τέτοια τραγούδια ;Τραγούδησε ένα στην τάξη σου.

## **ΕΘΙΜΟ ΤΟΥ ΚΑΠΕΤΑΝΙΟΥ ΣΤΗΝ ΑΜΟΡΓΟ**

Στην Αμοργό πρωινό της Κυριακής της Τυρινής, μετά τη θεία λειτουργία., στη Λόζα, τη μικρή πλατεία του χωριού, καταφθάνουν νέοι και νέες με τις παραδοσιακές τους ενδυμασίες. Εκεί στους χώρους του πανηγυριού θα γίνει η εκλογή του «Καπετάνιου». Ο αρχηγός της παρέας θα δώσει το χρίσμα πετώντας ένα χρωματιστό μαντήλι στο νέο που επιλέγει. Με μουσική και τραγούδια η πομπή παίρνει το δρόμο προς το χωριό. Μπροστά πάνε οι οργανοπαίχτες, ακολουθεί ο «Μπαϊραχτάρης», που στο πάνω μέρος του κονταριού του υπάρχουν τα σύμβολα: ένα τυρί για την Τυρινή, ένα χταπόδι ή μπακαλιάρος για τη Σαρακοστή που ακολουθεί και ένα καρβέλι ψωμί. Μεγαλοπρεπής πάνω στο άτι του ο «Καπετάνιος» με τη φουστανέλα του και στολισμένος με πολύχρωμες κορδέλες και πιο πίσω η ακολουθία των γλεντηστάδων τραγουδά: «Πέρασαν οι Απόκριες, ήρθαν κι οι Τυρινάδες, ήρθε κι η Αγία Σαρακοστή με τις εφτά βδομάδες».



(φώτο 55 ) έθιμο του καπετάνιου



(φώτο 56) φορεσιά της Σίφνου



(φώτο 57) φορεσιές Κυκλάδων

### Φορεσιά από τη Σίφνο, Κυκλάδες

Μια από τις ελάχιστες φορεσιές των Κυκλάδων που σώζονται σε ελληνικά μουσεία, και που χρονολογούνται στα τέλη του 18ου ή στις αρχές του 19ου αιώνα είναι αυτή η φορεσιά από τη Σίφνο. Αποτελείται από μια βράκα, το "μισοφόρι", ή "μεσοφούστανο", ένα λεπτό άσπρο πουκάμισο, την "καναλωτή φούστα", ένα γιλέκο χωρίς μανίκια, το "τσιπφί" ή "τζιπούνι". Το μακρύ πανωφόρι από ευρωπαϊκή στόφα, ο "ντουλαμάς", μπορούσε να είναι επενδυμένο ή στολισμένο ολόκληρο με γούνα. Στο κεφάλι φορούσαν ειδικό σκούφωμα, την "πίνα", που τη σκέπαζαν μ' ένα μεταξωτό μαντίλι, την "πέτσα," και τη στερέωναν με μια μεταξωτή κορδέλα, τη "ζωστήρα".



## 9.Είπαμε το αντίο με ένα γεύμα ...



Το ταξίδι μας σιγά, σιγά τελειώνει και δεν θα μπορούσαμε να φύγουμε ; χωρίς να α δοκιμάσουμε τα φαγητά και τα γλυκά αυτού του τόπου.



Το γεύμα μας περιλάμβανε πολλά ωραία φαγητά και γλυκά όπως: μελιτζάνες με τα κλήματα, παπά γιαχνί., αμανιτοκεφτέδες. Δοκιμάσαμε ακόμα αρσενικό τυρί από τη Σίκινο και ήπιαμε το Βινσάντο ,ένα κρασί από τη Σαντορίνη . Το γεύμα μας τέλειωσε με γλυκά των Κυκλάδων όπως γेमιστά Ανάφης, γλυκό του κουταλιού από λεμονανθό και αμυγδαλωτά Μυκόνου.



(φώτο 58)  
μελιτζάνες στα κλήματα



(φώτο 59 )  
αμυγδαλωτά

**Η Μάρω και η Βαρβάρα βρήκαν και σας παρουσιάζουν μια παραδοσιακή συνταγή των Κυκλάδων.**

## ΝΤΙΑΝΤΑ

### ΥΛΙΚΑ

- 1 συκωταριά
- 3-4 κρεμμύδια μέτρια
- 4-5 σκελίδες σκόρδο
- κρασί αρετσίνωτο
- αλάτι, πιπέρι
- δάφνη
- 1 κουταλιά σούπας τοματοπελτέ

### ΕΚΤΕΛΕΣΗ

Κόβουμε το συκώτι σε μικρά κομμάτια. Τα βάζουμε σε μια κατσαρόλα με νερό, να πάρουν έως τρεις βράσεις. Έπειτα χύνουμε το νερό για να μη μυρίσει. Τα κρεμμύδια και τα σκόρδα που χρειαζόμαστε τα έχουμε κομμένα, και τα βάζουμε στην κατσαρόλα μαζί με το συκώτι και λίγο λάδι και τα καβουρντίζουμε. Τα σβήνουμε με το κρασί. Προσθέτουμε το αλάτι, το πιπέρι και τη δάφνη και λίγο νερό. Όταν μισοβράσουν, βάζουμε τον πελτέ. Το φαγητό αυτό πρέπει να μείνει με λίγη σάλτσα

-Μπορείς και εσύ να βρεις παραδοσιακές συνταγές της περιοχής σου και να τις παρουσιάσεις στην τάξη σου.

**Μετά το γεύμα μας ήρθε η ώρα πια να φύγουμε γεμάτοι ωραίες  
εικόνες από τα νησιά των Κυκλάδων. Ελπίζουμε να περάσατε  
όμορφα....**

**Πηγαίνετε και σεις και σε άλλα όμορφα μέρη της Ελλάδας,  
όπως θα πάμε και μεις!**

**Γειά σας πριν το παρόν!!!**



## ΕΝΔΕΙΚΤΙΚΟ ΛΕΞΙΛΟΓΙΟ

Άγονος  
Αιολική ενέργεια  
Άλεσμα  
Αμμώδης  
Ανακαινισμένος  
Ανεφάνη  
Ανθίζω  
Ανοχύρωτος  
Αργοναύτες  
Άτι  
Αυτοτελής

Βραχώδης  
Βραχονησίδες

Γλεντηστάδες  
Γραφικός

Εγχειρίδια  
Εξορία  
Εξόρυξη  
Ερωδιοί

Ηφαίστειο

Καβουρντίζω  
Κάμπος  
Καρβέλι  
Κοιλάδα  
Κυριακή της Τυρινής



Κυριαρχώ  
Κωνική οροφή

Λατομεία  
Λιθόστρωτος  
Λοφώδες

Μεταλλεία  
Μίτος  
Μονάχους –μονάχους

Νοητός  
Οικισμός  
Ορυκτά  
Οψιανός

Περιστρέφομαι  
Πομπή  
Πρόποδες

Σμύριδα Νάξου  
Στοές  
Σύμβολο

Φωτογραφίες

Ορισμένος αριθμός φωτογραφιών αντλήθηκε από το Διαδίκτυο

## Ενδεικτική βιβλιογραφία

Αιγαίο, Άνθρωποι και Τόποι, Υπουργείο Αιγαίου 2000

Εγκυκλοπαίδεια Δομή, τ.13, Αθήνα, εκδόσεις Δομή

Ιστορία του Ελληνικού Έθνους, τομ. Α΄, Αθήνα 1978,  
Εκδοτική Αθηνών

Κάστρα της Πελοποννήσου, Κείμενα Δρ. Ε. Καρποδίνη-  
Δημητριάδη, Σχέδια Ν. Λιανός, Αθήνα, 1990

Παπαντωνίου Ι., Ελληνικές φορεσιές, Ναύπλιο,  
Πελοποννησιακό Λαογραφικό Ίδρυμα, 1981.

Ramage Nancy-Ramage Andrew,Ρωμαϊκή  
Τέχνη,Θεσσαλονίκη 2000, University Studio Press

Simon E., Οι θεοί των Αρχαίων Ελλήνων, Θεσσαλονίκη  
1996, University Studio Press

Wilcken Ul., Αρχαία Ελληνική Ιστορία, Θεσσαλονίκη 1976  
Εκδόσεις Παπαζήση