



free press

χειμώνας 2019

# 8 ελίξες

δωρεάν περιοδική έκδοση  
Φροντιστηρίου Αθανασιάδου

Η φωνή  
του μαθητή!

Κουίζ  
ορθογραφίας

Η μαγεία  
της μουσικής

Χειμωνιάτικοι  
προορισμοί!

Η φοιτητική  
κουζίνα!

free press

Αρχισυνταξία:

Αφροδίτη Εξερτζή

Συντακτική ομάδα:

Αφροδίτη Εξερτζή

Δήμητρα Δεδάκη

Στέλλα Δεδάκη

Αντζελίνα Μπαλάση

Διόρθωση κειμένων:

Νόρα Χαρτουλάρη

Μακέτα- εικαστική επιμέλεια:

Μιμικά Καπούλα

ΦΡΟΝΤΙΣΤΗΡΙΟ  
ΜΕΣΗΣ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ  
ΑΘΑΝΑΣΙΑΔΟΥ



Ηπείρου 118, Κορυδαλλός  
τηλ.: 210 54 40 999

e-mail: [aathan@otenet.gr](mailto:aathan@otenet.gr)

[www.athanasiadou.gr](http://www.athanasiadou.gr)

## Editorial

Στο τεύχος του χειμώνα η συντακτική ομάδα του περιοδικού μας τροποποιείται και εμπλουτίζεται. Βασικός στόχος της παραγωγής αυτού του περιοδικού είναι να δώσουμε την ευκαιρία στους μαθητές και τις μαθήτριές μας να εκφραστούν και να συνεργαστούν.

Μαθητές λυκείου μοιράζονται μαζί μας τις σκέψεις και τη δημιουργικότητά τους, πάνω σε διαφορετικά θέματα ο καθένας. Η Δήμητρα Δεδάκη μας μιλά για τη σχέση της με τη μουσική και εκφράζει τη γνώμη της σχετικά με το αν και κατά πόσο αυτή η τέχνη έχει ενταχθεί στο σχολικό πρόγραμμα. Η Αντζελίνα Μπαλάση μοιράζεται μαζί μας δύο αγαπημένες τις συνταγές, τις οποίες σίγουρα θα θέλουμε να δοκιμάσουμε. Η Στέλλα Δεδάκη, με τη σειρά της, μας προτείνει έναν πανέμορφο χριστουγεννιάτικο προορισμό.

Σε αυτό το τεύχος θα έχουμε, επίσης, την ευκαιρία να δοκιμάσουμε τον εαυτό μας στην ορθογραφία. Είμαστε άραγε τόσο καλοί, όσο νομίζουμε; Υπάρχουν λέξεις των οποίων η ορθογραφία θα μπορούσε να μας μπερδέψει; Το παιχνίδι ορθογραφίας που περιλαμβάνεται στις «8 σελίδες» θα μας βοηθήσει να δώσουμε μία απάντηση στα παραπάνω ερωτήματα.

Καλές γιορτές και καλή χρονιά σε όλους!

Αφροδίτη Εξερτζή



**Αφροδίτη  
Εξερτζή**



free



## Η φωνή του μαθητή

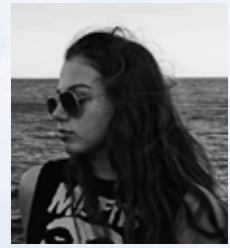


Κάποτε, είχα ερωτηθεί αν θα μπορούσα να ζήσω χωρίς μουσική. Για εμένα, η απάντηση στην ερώτηση αυτή ήταν τόσο προφανής όσο η απάντηση στο αν μπορεί ο άνθρωπος να ζήσει χωρίς νερό. Ουσιαστικά, η μουσική με συνοδεύει στη συντριπτική πλειοψηφία των δραστηριοτήτων που εκτελώ καθημερινά. Όταν η ρουτίνα της καθημερινότητας είναι χρωματισμένη γκρι, το άκουσμα μερικών τραγουδιών έρχεται να σπάσει το γκριζό. Ωστόσο, η μουσική μπορεί να φτάσει και τις ήδη «χρωματισμένες» στιγμές της καθημερινότητας στη «χρωματική πληρότητα».

Η γλώσσα της μουσικής, η οποία διαθέτει ένα εξαιρετικά μεγάλο εύρος διαλέκτων, από την κλασική μουσική μέχρι την πολύ αγαπημένη μου χέβι μέταλ, έχει πολλά να προσφέρει σε όλα τα επίπεδα της ζωής μας και η εκπαίδευση είναι άρρηκτα συνδεδεμένη με αυτά. Συμβάλλει στην αγωγή και την καλλιέργεια του πνεύματος, γι' αυτό και διδάσκεται. Διδάσκεται, όμως, όπως θα έπρεπε;

Αρχικά, θα πρέπει να εξετάσουμε την αντιμετώπιση των σχολείων απέναντι στο μάθημα της μουσικής, στο σήμερα. Κρίνοντας από τη γενικότερη εικόνα στα σχολεία, και ειδικότερα από το ίδιο το αναλυτικό πρόγραμμα του Υπουργείου Παιδείας, εύλογα θα έλεγε κανείς ότι δε δίνεται όση βαρύτητα θα έπρεπε στο μάθημα. Χωρίς αυτό να αποτελεί κανόνα, το συνηθέστερο μοτίβο που παρατηρείται έχει ως εξής: η μουσική «διδάσκεται» από α' δημοτικού έως τη γ' γυμνασίου και, τις περισσότερες φορές, λειτουργεί ως « η ώρα του παιδιού». Οι μαθητές απλώς ακούν τραγούδια, τα οποία πολλές φορές τους περνούν αδιάφορα. Δεν εμβαθύνουν στη μουσική, στην ιστορία πίσω από κάθε είδος της, στα κοινωνικά και ιστορικά φαινόμενα με τα οποία συνδέεται, στο πώς λειτουργεί για την ψυχή και το πνεύμα του ανθρώπου. Μένουν στην επιφάνεια. Το ακριβώς αντίθετο, λοιπόν, θα έπρεπε να επιτυγχάνεται

με το μάθημα της μουσικής στα σχολεία. Θα έπρεπε να διδάσκεται από την πρώτη σχολική ηλικία έως και την τρίτη λυκείου. Ξεκινώντας από την απλή έκθεση και επαφή των μαθητών με κάθε είδους μουσικά ακούσματα, και φτάνοντας σταδιακά στη μελέτη της μουσικής και της ιστορίας πίσω από όλα τα είδη της, τα οποία συνδέονται άμεσα με ιστορικές περιόδους, οι μαθητές θα έρχονταν πιο κοντά στη μουσική. Μεθοδολογικά, θα πρέπει το μάθημα να είναι μαθητοκεντρικό και να περιλαμβάνει τη χρήση οπτικοακουστικών μέσων. Φυσικά, οι καθηγητές θα πρέπει να προσεγγίζουν το μάθημα με τέτοιο τρόπο, έτσι ώστε οι μαθητές να ανταποκρίνονται με ενδιαφέρον σε αυτό. Όπως είπε και ο Eric Pio, ένας Αμερικανός ηθοποιός, τα βιβλία είναι ιστορίες για το μυαλό. Τα τραγούδια είναι ιστορίες για την ψυχή.



**Δήμητρα  
Δεδάκη**







Από την  
Αφροδίτη Εξερτζή

## Η μαγεία της μουσικής

### Η σπουδαιότητα της μουσικής: από το τότε στο τώρα

*Η μουσική για τους αρχαίους Έλληνες ήταν πάντοτε συνδεδεμένη με την ποίηση και το χορό και είχε πρωτεύουσα θέση σε κάθε εκδήλωση (θρησκευτική ή κοινωνική), γιατί οι Έλληνες γνώριζαν τη δύναμη της μουσικής και τη μορφωτική και ηθοπλαστική της αξία.*

Από ιστορική άποψη η διδασκαλία της μουσικής φαίνεται πως άρχισε στην Ελλάδα παλαιότερα απ' ό,τι η διδασκαλία των γραμμάτων. Σε όλες τις εποχές οι Έλληνες μάθαιναν μουσική και χορό και θεωρούσαν την εκμάθηση του τραγουδιού και των μουσικών οργάνων ως τη βάση της εκπαίδευσης των ελευθέρων πολιτών.

Ο πραγματικά μορφωμένος άνθρωπος είχε μουσική παιδεία και γνώριζε τη χρήση τουλάχιστον ενός μουσικού οργάνου. Είναι χαρακτηριστικό ότι ο Θεμιστοκλής παραδεχόταν πως η μόρφωσή του ήταν ελλιπής γιατί δεν είχε μάθει να παίζει καλά κιθάρα. Η μουσική ως όρος προέρχεται από τις Μούσες, τις εννέα αρχαίες Ελληνικές Θεότητες.

Η ζωή των αρχαίων Ελλήνων ήταν γεμάτη από μουσική. Τα λογοτεχνικά, ιστορικά και φιλοσοφικά τους κείμενα βρίθουν από αναφορές στη μουσική. Και η ανάπτυξη της μουσικής αλλά και τα επιτεύγματά της ήταν εξίσου σημαντικά με τα δημιουργήματα άλλων τεχνών όπως της αρχιτεκτονικής, του θεάτρου και της ζωγραφικής.

Η αρχαία ελληνική κοινωνία

είχε φροντίσει ώστε η μουσική διδασκαλία να βρίσκεται ανάμεσα στα βασικότερα μαθήματα στην εκπαίδευση των νέων. Οι Έλληνες ήταν εξοικειωμένοι με την ιδέα ότι η μουσική καταπραΰνει, χαροποιεί, πλάθει ήθος, θεραπεύει.

Η διδασκαλία της μουσικής ήταν στοιχειώδης. Ο μαθητής καθόταν με τη λύρα στο χέρι, απέναντι στον κιθαριστή που έπαιζε. Προσπαθούσε να μιμηθεί όσο μπορούσε καλύτερα τον δάσκαλο. Έτσι, χωρίς μουσικές νότες, διδασκόταν τη μουσική.



Η θέση της μουσικής αγωγής στο σημερινό ελληνικό εκπαιδευτικό σύστημα και η ποιότητα της παρεχόμενης μουσικής αγωγής είναι σαφώς πολύ καλύτερη απ' ό,τι λίγες δεκαετίες πριν. Ωστόσο, κανείς δεν μπορεί να αμφισβητήσει ότι πολλά βήματα μπορούν και πρέπει να γίνουν ακόμη. Παρ' όλο που η μουσική αγωγή δεν αμφισβητείται πλέον ως ένα γνωστικό αντικείμενο άξιο συμπερίληψης στα αναλυτικά προγράμματα όλων των βαθμίδων της εκπαίδευσης, η έλλειψη των κατάλληλων προϋποθέσεων (κατάλληλες αίθουσες διδασκαλίας, μουσικά όργανα, σύγχρονο οπτικο-ακουστικό υλικό, δυνατότητα χρή-

free





## Η μαγεία της μουσικής



Ως επιστήμη, αποτελεί έναν τομέα γνώσης, που έχει εξελιχθεί στη διάρκεια των αιώνων και κατέχει μια σημαντική θέση μεταξύ των επιστημονικών κατακτήσεων της ανθρωπότητας. Κάποιες από τις σημαντικότερες θετικές επιδράσεις της μουσικής, τόσο στο άτομο, όσο και στην κοινωνία, είναι η συναισθηματική έκφραση, η αισθητική απόλαυση, η ψυχαγωγία, η επικοινωνία, η συμβολική αναπαράσταση, η σωματική αντίδραση, η συμβολή στη συνέχεια και τη σταθερότητα των πολιτισμών, καθώς και η συνεκτικότητα των κοινωνικών ομάδων.

σης νέων τεχνολογιών) για μουσική αγωγή σύμφωνη με τις απαιτήσεις των καιρών μας και ο περιορισμός των ωρών διδασκαλίας της μουσικής στην πρωτοβάθμια εκπαίδευση, δημιουργούν μια σύγχυση σχετικά με την αξία που αποδίδεται στη μουσική αγωγή και τον ουσιαστικό ρόλο της στην εκπαίδευση.

Ποιος είναι, λοιπόν, ο ρόλος της μουσικής αγωγής στην εκπαίδευση; Η μουσική, ως τέχνη και επιστήμη, είναι ένα μέρος του ανθρώπινου πολιτισμού και ένα κομμάτι της καθημερινής ζωής. Ως μια μορφή τέχνης, αποτελεί έναν τρόπο ανθρώπινης έκφρασης, ένα αναπόσπαστο κομμάτι του ανθρώπινου πολιτισμού και της ιστορίας των λαών.

Όλες οι προαναφερθείσες λειτουργίες είναι σημαντικές για το μεμονωμένο άτομο και για το άτομο ως μέλος μιας ομάδας. Ο εκπαιδευτικός της μουσικής με τη διττή του υπόσταση, αυτή του παιδαγωγού και αυτή του καλλιτέχνη, μπορεί να εκμεταλλευτεί τη δύναμη της τέχνης για να προωθήσει το συνεργατικό πνεύμα και την κοινωνική αλληλεπίδραση σε μια εποχή πρωτόγνωρης απομόνωσης και υστερικού ανταγωνισμού, να εμπνεύσει τη δημιουργικότητα, την κριτική σκέψη και την ελευθερία της έκφρασης και να αναδείξει την ομορφιά της τέχνης, αλλά και την προσφορά της στον κόσμο.





## Η φοιτητική κουζίνα!

Έρθαν τα Χριστούγεννα και πάλι και ξέρω ότι για μένα φέτος είναι μια δύσκολη χρονιά. Παρ' όλα αυτά θέλω τόσο πολύ να στολίσω το σπίτι μου, να φτιάξω γλυκά, να μπω γενικά στο πνεύμα των Χριστουγέννων και να νιώσω γιορτές!

**Τρουφάκια καρύδας, λοιπόν, σε 10 μόλις λεπτά, γίνονται; Γίνονται!**



**Αντζελίνα Μπαλάση**

### Τρουφάκια Καρύδας



#### Τι πρέπει να κάνεις:

Ανακατεύεις σε ένα μπολ όλα τα υλικά μαζί, αφήνοντας στη συσκευασία λίγη ινδική καρύδα γιατί θα τη χρειαστείς αργότερα και ύστερα πλάθεις σε μικρές μπάλες το μείγμα που δημιουργήθηκε. Στην συνέχεια, ρίχνεις σε ένα πιάτο την καρύδα που φύλαξες και τοποθετείς σε αυτό τις μικρές μπάλες που δημιούργησες, έτσι ώστε να καλυφθούν από καρύδα. Έτοιμο, τόσο απλά. Διατηρείς το γλυκό στο ψυγείο!

#### Τρουφάκια Καρύδας

Προετοιμασία: 0:10'

#### Θα χρειαστείς:

- 1 κουτί ζαχαρούχο γάλα
- 1 πακέτο μπισκότα αλεσμένα
- 2 κουταλιές της σούπας κακάο
- 1 ποτήρι ινδική καρύδα
- λίγο κονιάκ

*Σου έχω όμως και εναλλακτική! Κορμός σοκολάτας, χωρίς καθόλου ζάχαρη. Κι αυτό γίνεται!*

### Σοκολατένιος κορμός με κάστανα



#### Τι πρέπει να κάνεις:

Σε μπεν μαρί λιώνεις τη σοκολάτα με το χαρουπόμελο. Σε βαθύ μπολ αναμιγνύεις τα κάστανα σπασμένα σε κομμάτια και όλα τα υπόλοιπα υλικά. Προσθέτεις τη σοκολάτα και ανακατεύεις πολύ καλά. Αδειάζεις το μίγμα σε αλουμινόχαρτο

#### Σοκολατένιος κορμός με κάστανα

Προετοιμασία: 0:15'

#### Θα χρειαστείς:

- 350γρ. κάστανα βρασμένα
- 8 χουρμάδες ψιλοκομμένους
- 200γρ. κουβερτούρα 65% κακάο
- 130γρ. λάδι καρύδας
- 2 κουτ. σούπας αμυγδαλοβούτυρο
- 2 κουτ. σούπας χαρουπόμελο
- 1/2 κουτ. γλυκού αλάτι
- 1 χούφτα αμύγδαλα ή φουντούκια ή 1 κ. σούπας μπράντι (προαιρετικά)

ή αντικολλητικό χαρτί και σχηματίζεις τον κορμό. Αφήνεις στο ψυγείο για 2 ώρες να παγώσει και είναι έτοιμο!



## Κουίζ ορθογραφίας

Ποιο από τα δύο είναι το σωστό;

συνωμότης	ή	συνομώτης
πλημέλλημα	ή	πλημμέλημα
ετυμυγορία	ή	ετυμηγορία
έλλειμμα	ή	έλλειμα
διευκρύνιση	ή	διευκρίνιση
αναζωγονώ	ή	αναζωογονώ
ειδύλλιο	ή	ειδύλιο
κρυσφύγετο	ή	κρησφύγετο
τρεισήμισι	ή	τρισήμισι
συνημμένος	ή	συννημένος
εκεχειρία	ή	εκεχειρεία
συνειδοιτοποιώ	ή	συνειδητοποιώ
συνοδοιπόρος	ή	συνοδειπόρος
αλλοτρίωση	ή	αλλοτροίωση
ανελλειπώς	ή	ανελλιπώς
διάλλειμα	ή	διάλειμμα
μηνυτήριο	ή	μυνητήριο
εκρεμμότητα	ή	εκκρεμότητα
μεγένθυνση	ή	μεγέθυνση
συνδυάζω	ή	συνδιάζω

**1-6 σωστές απαντήσεις:** Σίγουρα μέτρησες καλά; Αν η απάντηση είναι όχι, προτείνω να ρίξεις άλλη μια ματιά στον πίνακα με τις λύσεις και ξαναέλα- ελπίζω όχι ακριβώς εδώ, αλλά λιγάκι πιο κάτω, εκεί που οι σωστές απαντήσεις είναι περισσότερες. Αν η απάντηση είναι ναι, τότε λυπάμαι, έχω κάπως άσχημα νέα για σένα. Πολύ φοβάμαι πως δεν πρόσεχες και πολύ στην τάξη. Αλλά με μερικές ακόμα τέτοιες ασκήσεις, σίγουρα μπορείς να βελτιωθείς! Συνέχισε την προσπάθεια!

**7-12 σωστές απαντήσεις:** Τα λάθη είναι για να μαθαίνουμε. Ίσως εσύ διψάς για μάθηση και το παράκανες λίγο, όμως σε δικαιολογώ, γιατί η ελληνική γλώσσα είναι πολύ πλούσια και περίπλοκη. Βρίσκεσαι κάπου στη μέση και αυτό δεν είναι τόσο άσχημο, αλλά μπορεί ταυτόχρονα να σε κάνει να πεισμώνεις και μια μέρα να σε καμαρώσουμε από την κορυφή!

**13-17 σωστές απαντήσεις:** Όχι κι άσχημα! Αρκετές περισσότερες από τις μισές απαντήσεις σου ήταν σωστές! Με λίγη ακόμα προσπάθεια και περισσότερη προσοχή, σίγουρα θα καταφέρεις να κάνεις το επόμενο βήμα. Αν κάνεις λίγες ακόμα ασκήσεις τέτοιου είδους για να αποκτήσεις περισσότερη εξοικείωση με την ορθογραφία, θα βρεθείς σύντομα στο επόμενο επίπεδο. Εξάλλου, δεν απέχεις πολύ!

**18+ σωστές απαντήσεις:** Συγχαρητήρια! Είσαι σίγουρα το αστέρι της τάξης! Η προσοχή στη λεπτομέρεια, η ακρίβεια και η καλή γνώση της ελληνικής ορθογραφίας σε έφερε σε αυτό το αποτέλεσμα. Συνέχισε έτσι!

μζρηθλνο  
υοληθελθθ  
νιλιρθηδκκξ  
οιθμιηληθ  
ρηθιεγριθ  
δμηιγγελα  
υομηθιογγρ  
δοσθμιοθολνο  
μηομοιυθιελνο  
ρηθιελχεκεθ

δολεθθηληνο  
ιοιθμιοιελθι  
οιεληφουδκ  
οιγγηθριθ  
ηλολομζηλα  
υοιηθκηθιθ  
ρηθιεγγεθ  
ρηθολυθηθιθ  
ρηθιελθηλημη  
δυιθρηθληνο

Και τώρα... ας μετρήσουμε το σκορ σου!  
Πόσες σωστές απαντήσεις πέτυχες; Αν έχεις αγωνία να δεις σε τι επίπεδο βρίσκονται οι ορθογραφικές σου ικανότητες, δεν έχεις παρά να μελετήσεις τον παρακάτω πίνακα με τις σωστές απαντήσεις.

press



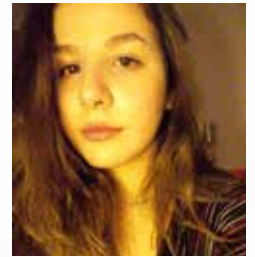
## ΧΕΙΜΩΝΙΑΤΙΚΟΙ ΠΡΟΟΡΙΣΜΟΙ

### ΑΝΩ ΑΓΟΡΙΑΝΗ

Ποιος θα φανταζόταν ότι η πίσω πλευρά του Παρνασσού θα έκρυβε ένα ακόμα μοναδικό στολίδι της φύσης; Πρόκειται για ένα γραφικό χωριό, πλούσιο σε έλατα, με παραδοσιακά πετρόχτιστα σπιτάκια, πλημμυρισμένο από μυρωδιές που φέρνουν τα ταβερνάκια, μικρά ξενοδοχεία φτιαγμένα από ξύλο με φλοκάτες των γιαγιάδων μας και γεμάτο μονοπάτια που σου επιτρέπουν να εξερευνήσεις ενδελεχώς τη φύση.

Γίνεται λόγος για την Άνω Αγόριανη, η οποία πήρε το όνομά της από περίοδο της Τουρκοκρατίας, αφού εκεί κατέφυγαν πολλά αγόρια για να κρυφτούν. Μόλις 24 χιλιόμετρα από την Αράχωβα και πολύ κοντά στο χιονοδρομικό κέντρο, η Αγόριανη θα σας προσφέρει απλόχερα την θέα από χιονισμένα τοπία, από το φημισμένο ελατοδάσος, από τα τρεχούμενα νερά κατά μήκος όλο του χωριού, ενώ επίσης σας δίνει την ευκαιρία να την γνωρίσετε λίγο καλύτερα μέσω του Λαογραφικού Μουσείου Επταλόφου.

Είναι ένα πραγματικό διαμάντι της χώρας μας και το μόνο που μένει από εμάς είναι να σας ευχηθούμε καλή απόλαυση!



Από την  
Στέλλα Δεδάκη

