



## Δραστηριότητες για Εφήβους & Έφηβες

### Photography & Video Project!

Μην χάνεις λεπτό! Πάρε την φωτογραφική σου μηχανή, το βίντεο ή το κινητό σου και γίνε καλλιτέχνης εν καιρώ κοροναϊού!



Διαγωνισμούς δημιουργίας ταινίας μικρού μήκους και συγγραφής ιστορίας για παιδιά και εφήβους, θα βρεις εδώ:

<http://www.stellasview.gr/33102/>

### Είναι το Μαζί που κάνει τη διαφορά...



Η αλληλεγγύη και η αλληλοβοήθεια θα χαρίσουν χαμόγελα στο πρόσωπό σου... Πρόσφερε και εσύ λίγη από την ενέργειά σου για να βοηθήσεις ανθρώπους που σε έχουν ανάγκη. Ίσως χρειάζονται την πολύτιμη βοήθειά σου η μαμά σου, ο μπαμπάς σου, οι συγγενείς σου ή κάποιος άλλος άνθρωπος!

### Ανακάλυψε την κουζίνα, τη μαγειρική και τη ζαχαροπλαστική!

Βρες συνταγές πρωτότυπες ή αγαπημένες σου και προσπάθησε να τις φτιάξεις με τη βοήθεια των γονιών σου, των αδερφών σου ή άλλων αγαπημένων προσώπων!



### Μάθε νέες γλώσσες δωρεάν! [www.duolingo.com](http://www.duolingo.com)

Αγγλικά, Ισπανικά, Σουηδικά, Κινέζικα, Ρώσικα, Γαλλικά, Γερμανικά, Ιταλικά, Βραζιλιάνικα και πολλές άλλες γλώσσες εντελώς δωρεάν!

### Βουνά, θάλασσες, τοπία από όλο τον κόσμο!



Κοίταξε εικόνες και ντοκιμαντέρ όμορφων προορισμών για μπάνιο, για πεζοπορία, για εξερεύνηση ή για ενημέρωση και απόλαυσε τη διαδρομή έστω και από τον υπολογιστή.

## Η Ιστορία του τόπου! Για να μαθαίνουν οι μικροί ... Για να θυμούνται οι μεγάλοι!

Αυτό το διάστημα έχεις την ευκαιρία να συζητήσεις με τους παππούδες σου και τις γιαγιάδες σου ιστορικά γεγονότα που έζησαν και να μάθεις περισσότερες λεπτομέρειες. Υπάρχει πάντα η διάθεση να εξερευνήσεις και από άλλες πηγές το παρελθόν του τόπου μας...

Κάποιες πηγές είναι:

### Πληροφορίες για τον Μέγα Αλέξανδρο

<https://www.youtube.com/watch?v=zZdqS9jeCmY>

### Πληροφορίες για τον Μακεδονικό Αγώνα

<https://www.youtube.com/watch?v=eAiGVCBI0vE>

### Πληροφορίες για την απελευθέρωση της Θεσσαλονίκης

<https://www.youtube.com/watch?v=ym23cldb2Ps>



## Ψηφιακή ξενάγηση στο Μουσείο Van Gogh



Ο Βίνσεντ βαν Γκογκ (Vincent Willem van Gogh) ήταν Ολλανδός ζωγράφος. Εν ζωή, το έργο του δεν σημείωσε επιτυχία ούτε ο ίδιος αναγνωρίστηκε ως σημαντικός καλλιτέχνης. Ωστόσο, μετά το θάνατό του, η φήμη του εξαπλώθηκε πολύ γρήγορα και σήμερα αναγνωρίζεται ως ένας από τους σημαντικότερους ζωγράφους όλων των εποχών.

<https://artsandculture.google.com/partner/van-gogh-museum?hl=en>

Επιπλέον για την τέχνη: **Ιστορία της τέχνης σε 5 λεπτά!**

<https://www.semifind.gr/news/view/Nea/5530/istoria-tis-tehnis-gia-arhariou-se-5-lepta>

## Κατασκευή Puzzle



Για να δυναμώσεις το μυαλό σου και την ικανότητα της αφαιρετικής σκέψης, φτιάξε παζλ και διάλεξε αν το επίπεδο θα είναι εύκολο, μέτριο ή δύσκολο! Θα έχει γέλιο και θα περάσεις ευχάριστα τον χρόνο σου!

<http://www.jigsawplanet.com/>

## Γυμναστική στο σπίτι & υγιεινή διατροφή!

Είναι πολύ καλή ιδέα να κοιτάξεις λίγο περισσότερο την υγεία σου και τη διατροφή σου αυτό το διάστημα. Μπορείς να επαναλάβεις τις ασκήσεις που κάνετε στο σχολείο, στο γυμναστήριο, στο στίβο κ.α. ή να βγεις έξω για περπάτημα, τρέξιμο και ποδήλατο. Παράλληλα, ενίσχυσε το ανοσοποιητικό σου σύστημα με φρούτα, φυσικούς χυμούς και λαχανικά. Περιορίσε τη ζάχαρη και θα δεις ότι ο οργανισμός σου θα είναι πιο δυνατός! Ξεκίνα μια ισορροπημένη μεσογειακή διατροφή και θα δεις αποτελέσματα στην ενέργειά σου!



## Μη διστάσεις να ζωγραφίσεις!



Τι και αν δεν ξέρεις να ζωγραφίζεις, τι και αν δεν είσαι σίγουρος/η για το αποτέλεσμα; Η ζωγραφική είναι ένας δημιουργικός τρόπος για να περιορίσεις το άγχος σου και να περάσεις όμορφα τον χρόνο σου!

**Άλλες δραστηριότητες που είναι δωρεάν και μπορεί να σε ενδιαφέρουν είναι οι παρακάτω:**

## Ντοκιμαντέρ

ΙΔΡΥΜΑ ΜΕΙΖΟΝΟΣ ΕΛΛΗΝΙΣΜΟΥ

<https://www.youtube.com/user/HellenicCosmos/videos>

ΔΩΡΕΑΝ Ντοκιμαντέρ (με Ελληνικούς Υπότιτλους)

[https://greekdocumentaries2.blogspot.com/?fbclid=IwAR02UfqRRTkBWwqIFiBj9qs8vYLqE\\_80fUVPAddfJwD2U2EyQVRKgZkir9o](https://greekdocumentaries2.blogspot.com/?fbclid=IwAR02UfqRRTkBWwqIFiBj9qs8vYLqE_80fUVPAddfJwD2U2EyQVRKgZkir9o)

## Παραμύθια, βιβλία & εκπαιδευτικά

ΠΑΡΑΜΥΘΙΑ με αφήγηση: *e-Book Παραμύθια*

ΕΘΝΙΚΗ ΒΙΒΛΙΟΘΗΚΗ ΤΗΣ ΕΛΛΑΔΟΣ – Ηλεκτρονική Βιβλιοθήκη

[https://www.nlg.gr/collection/ilektroniko-anagnostirio/?fbclid=IwAR2ltRVX859yfK1JxEi3BKzSPffWDFjUCxqnTK2em3\\_fRMgF-C2zYTojrE&ticket=ST-13899-Y-ryvS0xyjl5JZS8t7nVUx3z-RUss0](https://www.nlg.gr/collection/ilektroniko-anagnostirio/?fbclid=IwAR2ltRVX859yfK1JxEi3BKzSPffWDFjUCxqnTK2em3_fRMgF-C2zYTojrE&ticket=ST-13899-Y-ryvS0xyjl5JZS8t7nVUx3z-RUss0)

ΠΑΙΔΙΚΑ ΠΑΡΑΜΥΘΙΑ

<https://www.helppost.gr/free/ebooks/paidika-paramithia-istories-online/>  
[http://www.mikrosanagnostis.gr/istoria\\_list.asp](http://www.mikrosanagnostis.gr/istoria_list.asp)

Προσομοιώσεις Φυσικών Επιστημών και Μαθηματικών δωρεάν!

<https://phet.colorado.edu/el/simulatio>

## Θέατρο & Κινηματογράφος

Εθνικό Θέατρο – Παιδικές Παραστάσεις

<http://www.nt-archiv.gr/theaters.aspx?company=10&fbclid=IwAR3JegcR-YGSySMFNvAYig39jrOEm5C4vuRv5wxi00OI0yvZ5Qn0cQhRSFE>

Online θεατρικές παραστάσεις του ΚΑΡΑΓΚΙΟΖΗ

[https://e-didaskalia.blogspot.com/2020/03/karagkiozis.html?m=1&fbclid=IwAR0AQ7uMBvT1Mf\\_Dg8RpyMG\\_sBoZHvu0zVds8FJZQiL3jCNNmGuW5kbmvyA](https://e-didaskalia.blogspot.com/2020/03/karagkiozis.html?m=1&fbclid=IwAR0AQ7uMBvT1Mf_Dg8RpyMG_sBoZHvu0zVds8FJZQiL3jCNNmGuW5kbmvyA)

Δωρεάν ταινίες που κέρδισαν όσκαρ

[https://www.enallaktikos.gr/Article/7705/deite-35-tainies-poy-kerdisan-oskar-online-kai-dwrean-edw?fbclid=IwAR0WRxYRWjQTI2COtyWFzSLA-O5Z\\_jFTqHxPCjFbqtNEBG1yVA8aH15snsg#.Xmx1BVJXlwQ.facebook](https://www.enallaktikos.gr/Article/7705/deite-35-tainies-poy-kerdisan-oskar-online-kai-dwrean-edw?fbclid=IwAR0WRxYRWjQTI2COtyWFzSLA-O5Z_jFTqHxPCjFbqtNEBG1yVA8aH15snsg#.Xmx1BVJXlwQ.facebook)

4 ταινίες του ΑΝΤΡΕΙ ΤΑΡΚΟΦΣΚΙ (δωρεάν με αγγλικούς υπότιτλους)

<https://www.culturenow.gr/4-tainies-toy-antrei-tarkofski-dorean-sto-youtube-me-agglikoys-ypotitloys/>

## Μουσεία

GOOGLE ARTS & CULTURE (Περιέχει πολλές συλλογές μουσείων)

<https://artsandculture.google.com/>

ΛΟΥΒΡΟ Παρίσι

<https://www.louvre.fr/en/visites-en-ligne>

Musée d'Orsay, Παρίσι

<https://artsandculture.google.com/partner/musee-dorsay-paris?hl=en>

ΒΡΕΤΑΝΙΚΟ Μουσείο, Λονδίνο

<https://www.britishmuseum.org/collection>

MET, Νέα Υόρκη

<https://www.metmuseum.org/>

ΕΘΝΙΚΗ ΠΙΝΑΚΟΘΗΚΗ, Ουάσιγκτον

<https://www.nga.gov/index.html>

Μουσείο ΠΡΑΔΟ, Μαδρίτη

<https://www.museodelprado.es/en/the-collection/art-works>

Μουσείο ΦΡΙΝΤΑ ΚΑΛΟ, Πόλη του Μεξικού

<https://artsandculture.google.com/exhibit/appearances-can-be-deceiving%C2%A0/6gICPDLcNAzkJA>

Μουσεία του ΒΑΤΙΚΑΝΟΥ, Ρώμη

<http://www.museivaticani.va/content/museivaticani/en.html>

Πινακοθήκη ΟΥΦΙΤΣΙ, Φλωρεντία

<https://artsandculture.google.com/story/cQVh5Rbqa2Q3dg>

**Καλή διασκέδαση!**

*2<sup>ο</sup> ΚΕΣΥ Ανατολικής Θεσσαλονίκης*

