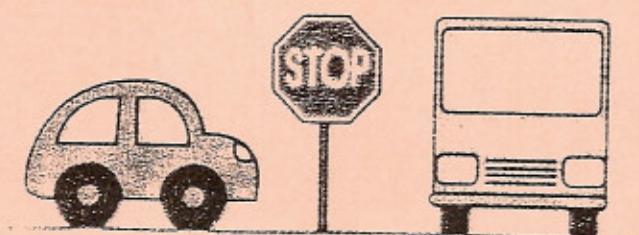
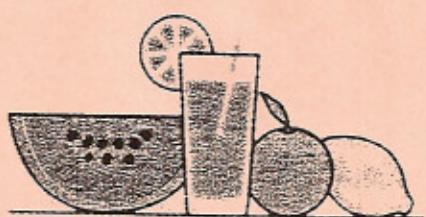


Olor moří...



Směj se všechny



ΣΥΓΚΕΝΤΡΩΣΗ ΜΕ ΚΕΝΤΡΙΚΗ ΙΔΕΑ «Η ΓΕΙΤΟΝΙΑ ΤΟΥ ΧΘΕΣ ΚΑΙ ΤΟΥ ΣΗΜΕΡΑ»

Στόχος της συγκέντρωσης είναι τα Αστέρια να γνωρίσουν τη ζωή στη «Γειτονιά του χθες» και να την συγκρίνουν με τη ζωή στη «Γειτονιά του σήμερα».

Από την προηγούμενη συγκέντρωση έχουμε δώσει στα Αστέρια μία πρόσκληση πού την υπογράφει η πχ Γιαγιά Βασιλική, η οποία θα τους περιμένει με ανυπομονησία για να τους διηγηθεί τα παιδικά της χρόνια.

Την ημέρα της συγκέντρωσης έχουμε στολίσει την Εστία με αντικείμενα παλιάς εποχής, ταμπέλες, φωτογραφίες κλπ.

Άνοιγμα (10 λεπτά)

Ένα Στέλεχος, ντυμένο γιαγιά, (ή μία γιαγιά αληθινή) υποδέχεται τα Αστέρια και τους διηγείται μία ιστορία με τις αλλαγές που έχουν γίνει στην γειτονιά, αναφερόμενη κυρίως στα αγαπημένα μέρη των παιδιών.

Παιχνίδια

A. Παραδοσιακό (10 λεπτά)

Παίζουμε μερικά παιχνίδια παραδοσιακά όπως : «Αλάτι χοντρό, αλάτι ψηλό», «Στρατιωτάκια ακούνητα, αμίλητα, αγέλαστα», «Βασιλιά, βασιλιά, με τα δώδεκα σπαθιά» κλπ

B. Γνώσεων (10 λεπτά)

Από τα διάφορα παλαιά αντικείμενα, οικιακής χρήσης και μη, πού έχουμε σκορπίσει στην Εστία διαλέγουμε ένα και λέμε : «Κατασκοπεύω, κατασκοπεύω ένα..πχ γουδί, πού θα λιώσει το κρεμμύδι στο πί και φί» και τα Αστέρια πρέπει να μαντέψουν για ποιο αντικείμενο πρόκειται. Κάπι ανάλογο κάνουμε και με τα άλλα αντικείμενα πού έχουμε μαζέψει τριγύρω, όπως : Μύλο του καφέ, Σήτα για κοσκίνισμα, Σίδερο κάρβουνου κλπ.

Το ίδιο παιχνίδι μπορούμε να το παίξουμε και με απλή διαδικασία ερωτήσεων-απαντήσεων : «Μάντεψε τι μπορώ να κάνω με το αντικείμενο που κρατώ». Έχουμε ορίσει ελάχιστο αριθμό πχ 10 ερωτήσεων.

Γ. Επαγγέλματα (10 λεπτά)

Ένα Αστέρι βγαίνει από την Εστία και εμείς σκεφτόμαστε ένα επάγγελμα που έχει εκλείψει : πχ τσαγκάρης. Μιμούμαστε κάποιες χαρακτηριστικές κινήσεις του τσαγκάρη : πώς παίρνει μέτρα στο πόδι, πώς κόβει τα δέρματα, πώς καρφώνει καρφιά στην σόλα, πώς γυαλίζει τα παπούτσια κλπ.

Όταν μπαίνει το Αστέρι μέσα εναλλάσσουμε τις κινήσεις λέγοντας με υπονοούμενα τι κάνουμε κάθε φορά : «Τώρα που πλησιάζει το Πάσχα όλοι θα θέλουνε καινούργια για τα βαφτιστήρια τους», «Αυτό το κοπίδι, έχει χαλάσει και πρέπει να αγοράσω καινούργιο», «Τι γρήγορα που τα λειώνουν τα παιδιά. Πρέπει τώρα να καρφώσω καινούργιες (εννοείται «σόλες»)», «Μία βούρτσα γρήγορα, λίγη κρέμα και την φανέλα για γυάλισμα».

(Αν πιστεύουμε ότι τα Αστέρια του Γαλαξία μας δεν μπορούν να ανταποκριθούν, μπορούμε να δραματοποιήσει τα πιο πάνω ένα Στέλεχος και τα Αστέρια να ακολουθούν με τις κινήσεις)

Τραγούδια (5 λεπτά)

Είναι βέβαιο ότι τα Αστέρια θα ενθουσιαστούν μόλις τους τραγουδήσουμε, με τον τρόπο που τραγουδούσαν παλαιά, τον «Μπάρμπα-Γιάννη τον κανατά», ή το «Ένα ωραίο καναρινάκι», ή το «Κελαηδήστε, ωραία μου πουλάκια, κελαηδήστε» και θα προσπαθήσουν αμέσως να μιμηθούν το στυλ της φωνής.

Χειροτεχνία (20 λεπτά)

Χρωματίζουν με πλαστικά χρώματα πάνω σε :

- Σβούρες ξύλινες ή
- Λαλίτσες πήλινες ή
- Κουμπαράδες πήλινους

Αστροκουβέντα (15 λεπτά)

Συζητάμε με τα Αστέρια τι τους άρεσε περισσότερο και τι τους έκανε περισσότερο εντύπωση.

Κλείσιμο (5 λεπτά)

Η γιαγιά χάρηκε πολύ πού της δόθηκε η ευκαιρία να ξαναθυμηθεί την Παλιά της Γειτονιά και κερνάει όλους ένα γλυκό. Σερβίρουμε ή γλυκό του κουταλιού, ή βανίλια-υποβρύχιο ή λουκούμι.

Άλλες ιδέες για δράση του Γαλαξία με θέμα την γειτονιά

- Δημιουργία ενός άλμπουμ με φωτογραφίες των Αστεριών σε καταστήματα της γειτονιάς.
- Καταγραφή των ζώων που κυκλοφορούν στην γειτονιά.
- Επίσκεψη στο πιο παλιό και στο πιο νέο κατάστημα της γειτονιάς.
- Συνάντηση και γνωριμία με τον πιο γηραιό κάτοικο της γειτονιάς.
- Κατασκευή μίας πόλης με διάφορα υλικά.
- Κατασκευή μίας κάρτας με το τι θέλουν τα Αστέρια στην γειτονιά τους και παράδοσή της στον Δήμαρχο της πόλης.
- Οργάνωση κουκλοθέατρου και παιχνιδιών για τα παιδιά της γειτονιάς, όπου όλοι μπορούν να ζωγραφίσουν την γειτονιά του μέλλοντος.



ΣΥΓΚΕΝΤΡΩΣΗ ΜΕ ΚΕΝΤΡΙΚΗ ΙΔΕΑ «ΟΔΙΚΗ ΑΣΦΑΛΕΙΑ»

Στόχος της συγκέντρωσης είναι να μάθουν τα Αστέρια να κινούνται σωστά στο δρόμο.

Επειδή η συγκέντρωση θα γίνει εκτός Εστίας (πλατεία, παιδική χαρά, πάρκο) το Αρχηγείο να σκεφτεί εκ των προτέρων το ενδεχόμενο να συμμετάσχουν στη συγκέντρωση και άλλα παιδιά που θα υπάρχουν στον χώρο που θα επιλεγεί. Το Αρχηγείο θα έχει από πριν διαμορφώσει τον χώρο σαν σχεδιάγραμμα με δρόμους, διαβάσεις κλπ (πχ στο δάπεδο με κιμωλία, ή σε κάποιο μεγάλο σχεδιασμένο πανί).

Άνοιγμα (15 λεπτά)

Ένα Στέλεχος εμφανίζεται ντυμένο τροχονόμος ή σχολικός τροχονόμος (με τον οποίο είναι πιο εξοικειωμένα τα παιδιά) και τους λέει λίγα λόγια για την οδική ασφάλεια....

Το Στέλεχος δίνει οδηγίες στα παιδιά και επιμένει κυρίως στο ότι περπατάμε πάντα στο πεζοδρόμιο, κοιτάμε και στις δύο κατευθύνσεις πριν διασχίσουμε το δρόμο και περνάμε όταν το φανάρι είναι πράσινο για τους πεζούς.

Εναλλακτικά : Το άνοιγμα θα μπορούσε να γίνει στην Εστία και μετά ο Γαλαξίας να κατευθυνθεί προς τον εξωτερικό χώρο που θα γίνει η Συγκέντρωση. Κατά την διάρκεια της μετακίνησης, το Αρχηγείο μπορεί να σημειώνει ποιος τήρησε αυτά που είπε ο τροχονόμος και φτάνοντας στον προορισμό να έχει κάποια επιβράβευση.

Ζωηρό παιχνίδι (10 λεπτά)

«Άκου, κοίτα, πέρνα ή σταμάτα;»

Τα Στελέχη μοιράζουν στα Αστέρια ρόλους: αυτοκίνητα, πεζοί και ποδήλατα. Το Στέλεχος-τροχονόμος κρατάει τα ανάλογα σήματα «Σταμάτη ή Γρηγόρη» για τους πεζούς, Κόκκινο ή Πράσινο για τα αυτοκίνητα και σφυρίχτρα για τα ποδήλατα και δίνει εντολές στα παιδιά τα οποία πρέπει να κινούνται ανάλογα.

Κατά τη διάρκεια του παιχνιδιού μπορούν τα παιδιά να αλλάξουν ρόλους.

(Μεταμφίεση:

- Οι «πεζοί» κρατούν τσάντες με ψώνια, σακίδιο στην πλάτη ή κινούνται χέρι-χέρι με έναν φίλο σαν να βγήκαν βόλτα.
- Τα «αυτοκίνητα» φορούν ένα χαρτοκιβώτιο με τιράντες ή το κρατούν τα ίδια τα Αστέρια γύρω από την μέση τους. Μπορούν και να κορνάρουν πότε-πότε.
- Τα «ποδήλατα» φορούν ένα νούμερο αθλητή στην στολή και αν υπάρχει ένα κράνος.

Εναλλακτικά : Ορίζουμε ρόλους είτε στερεώνοντας φωτογραφίες –αυτοκινήτων, πεζών, ποδηλάτων – στα ρούχα των Αστεριών, είτε δίνοντας τους να φορέσουν ένα στεφανάκι στο κεφάλι όπου έχουμε κολλήσει τις αντίστοιχες φωτογραφίες)

Εργαστήρι (20 λεπτά)

Συζητάμε με τα παιδιά για τη χρησιμότητα των πινακίδων στους δρόμους και συγκεκριμένα για κάποια σήματα που συναντάμε συνήθως μέσα στην πόλη. Έχουμε φέρει σχεδιασμένα κάποια σήματα και λέμε ότι όπου βλέπουμε μπλε πινακίδα, αποτελεί πληροφορία, ενώ όπου βλέπουμε κόκκινη αποτελεί απαγόρευση. Κατόπιν κάθε παιδί φτιάχνει τη δική του πινακίδα. Αφού τελειώσουν όλοι μπορούμε να παίξουμε ξανά το προηγούμενο παιχνίδι ή μία παραλλαγή του χρησιμοποιώντας τα σήματα.

(Υλικά : Ξύλα ή πηχάκια, χαρτόνια, χρώματα, ψαλίδια, κόλλες)

Παραμύθι (15 λεπτά)

Διαβάζουμε στα Αστέρια ένα παραμύθι σχετικό με τα Μέσα Μαζικής Μεταφοράς (πχ. Τα βιβλία της σειράς «Ταξιδεύω...» - Εκδόσεις Κέδρος). Σταματάμε όπου χρειάζεται για να υποθέσουν τα Αστέρια τι λένε τα παραμύθια ή για να δώσουν τη δική τους συνέχεια. Μετά την αφήγηση αφήνουμε τα παιδιά να «ταξιδέψουν» μόνα τους, βάζοντας τον εαυτό τους οδηγό, πιλότο ή καπετάνιο στο αγαπημένο τους όχημα.

Εναλλακτικά: Το Τέλος της Ιστορίας 15'

Δείχνουμε στα παιδιά τις εικόνες από μία ιστορία (βλ. συνημμένη φωτοτυπία) και τους ζητάμε να δώσουν το δικό τους τέλος.

Ζωηρό παιχνίδι (10 λεπτά)

Χωρίζουμε τα Αστέρια σε ομάδες στερεώνοντας στα ρούχα τους φωτογραφίες με διάφορα μεταφορικά μέσα (πχ αεροπλάνο, τρένο, καράβι). Στο δάπεδο έχουμε σχεδιάσει μεγάλους κύκλους και στο κέντρο τους έχουμε σχεδιάσει ένα από τα αντίστοιχα μεταφορικά μέσα. Όταν το Στέλεχος φωνάζει: «Τρένο» πρέπει τα παιδιά που έχουν τη φωτογραφία του τρένου να τρέξουν μέσα στον κύκλο τους. Αν τρέξει και κάποιο άλλο παιδί που είναι πχ. Καράβι, τότε χάνει. Το παιχνίδι συνεχίζεται δίνοντας και άλλες πληροφορίες για τα μεταφορικά μέσα. (πχ. κινούνται πάνω σε σιδερένιες ράγες, κυκλοφορούν και σε μεγάλα ποτάμια, φτάνουν στην Αμερική σε λίγες ώρες κλπ)

Αστροκουβέντα (10 λεπτά)

Εκτός από την αξιολόγηση της Συγκέντρωσης μπορούμε να συζητήσουμε για τα νέα σήματα της τροχαίας που μάθαμε ή να προσπαθήσουμε να φανταστούμε τι θα γινόταν στους δρόμους αν δεν υπήρχαν οι τροχονόμοι ή οι πινακίδες της τροχαίας. Θα μπορούσαμε να αναρωτηθούμε πώς ταξίδευαν οι άνθρωποι στο παρελθόν που δεν υπήρχαν τα αεροπλάνα κλπ

Κλείσιμο (10 λεπτά)

Ο τροχονόμος για να επιβραβεύσει τα παιδιά τους δίνει το παράσημο του προσεκτικού πεζού.

(Υλικά: παράσημο – κονκάρδα από χαρτόνι και γκοφρέ στερεωμένο σε παραμάνα)

Άλλες ιδέες για δράση του Γαλαξία με θέμα την οδική ασφάλεια

- **Παιχνίδι γνώσεων: Σωστό -Λάθος**

Τα Αστέρια κάθονται σε κύκλο και τους έχουμε μοιράσει κόκκινα και πράσινα φανάρια. Αν η πρόταση που διαβάζουμε είναι σωστή, σηκώνουν το πράσινο φανάρι, αν είναι λάθος σηκώνουν το κόκκινο φανάρι.

Παραδείγματα ερωτήσεων:

Διασχίζουμε το δρόμο, όταν το φανάρι είναι κόκκινο (Σταμάτης).

Περνάμε από τη διάβαση πεζών.

Καθόμαστε στο μπροστινό κάθισμα και δεν φοράμε ζώνη.

Καθόμαστε στο πίσω κάθισμα και φοράμε ζώνη.

- Μοιράζουμε στα παιδιά που θα συναντήσουμε στην πλατεία ένα εντυπάκι με οδηγίες οδικής συμπεριφοράς, που το έχουν φτιάξει τα Αστέρια σε προηγούμενη συγκέντρωση.

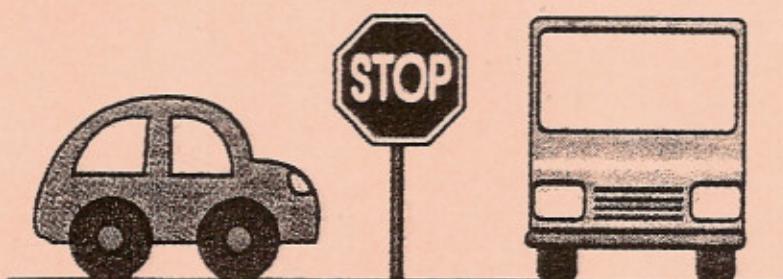
- Διοργανώνουμε «Ποδηλατοδρομία» σε κεντρικό σημείο της πόλης μας, όπου τα παιδιά συμμετέχουν μαζί με τους γονείς τους.

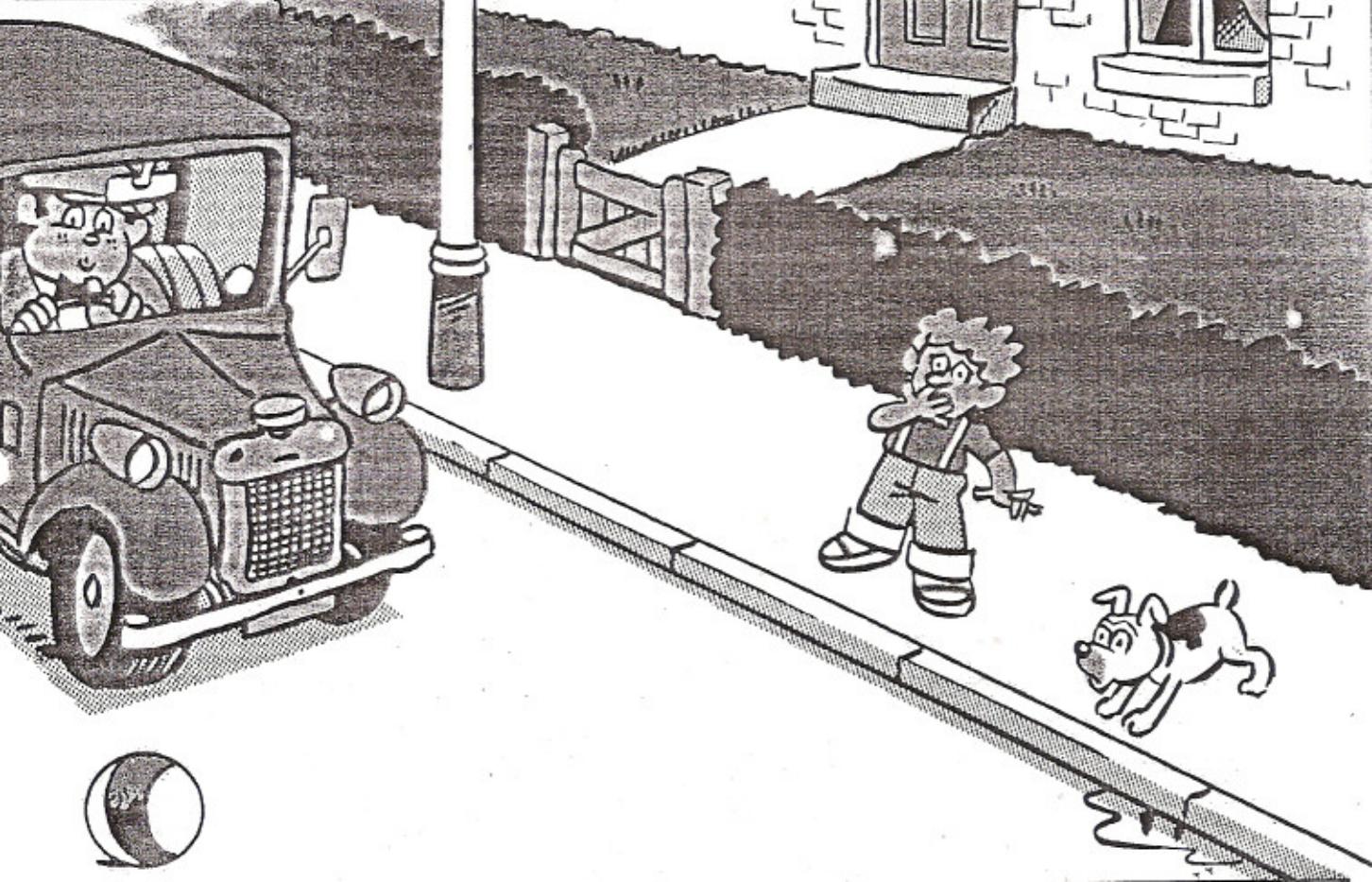
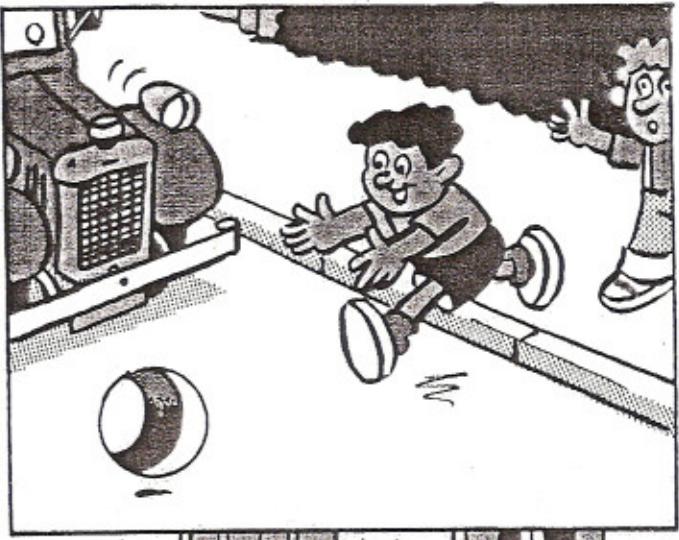
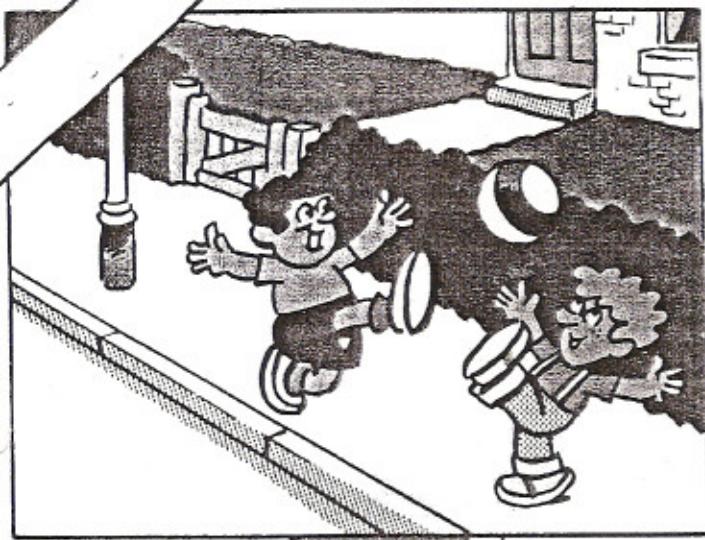
- Επιδαπέδιο παιχνίδι

Έχουμε ετοιμάσει με χαρτί του μέτρου ένα επιδαπέδιο παιχνίδι σαν το ταμπλώ της Μονόπολου και εντολές όπως : Πέρασες το φανάρι με κόκκινο, Γύρνα 2 τετράγωνα πίσω ή κάθεσαι στο πίσω κάθισμα του αυτοκινήτου, Μπράβο! Ρίξε ξανά το ζάρι.

- **Χειροτεχνία**

Τα Αστέρια φτιάχνουν με φωσφοριζέ χαρτί ή ύφασμα ένα περιβραχιόνιο, για να το φορούν όταν κάνουν ποδήλατο.





ΣΥΓΚΕΝΤΡΩΣΗ ΜΕ ΚΕΝΤΡΙΚΗ ΙΔΕΑ «ΔΙΑΤΡΟΦΗ»

Στόχος της συγκέντρωσης είναι να ευαισθητοποιηθούν τα Αστέρια για τη σωστή-υγιεινή διατροφή.

Άνοιγμα (15 λεπτά)

Παιζουμε στα Αστέρια ένα κουκλοθέατρο με θέμα την υγιεινή διατροφή και απλούς διαλόγους. Έχουμε κατασκευάσει κούκλες από φρούτα και λαχανικά. Κατά τη διάρκεια του έργου συμμετέχουν και τα Αστέρια απαντώντας σε ερωτήσεις που τους κάνουν τα φρούτα-κούκλες.

Ζωηρό παιχνίδι (10 λεπτά)

Όχι μόνο «ένα μήλο την ημέρα τον γιατρό τον κάνει πέρα» αλλά και το γνωστό παραδοσιακό παιχνίδι «τα μήλα» μας βοηθά να χτίσουμε γερά πόδια και δυνατή καρδιά.

Παιζουμε με την μπάλα «τα μήλα». Δύο άτομα στέκονται αντικριστά σε απόσταση μεταξύ τους και ένας από αυτούς κρατάει μία μπάλα. Ο υπόλοιπος Γαλαξίας βρίσκεται στο μέσον της απόστασης και κοιτάζει αυτόν που κρατάει την μπάλα. Η μπάλα πετιέται από την μία άκρη στην άλλη προσπαθώντας να πετύχει κάποιον από αυτούς που είναι στο μέσον. Αν τον πετύχει βγαίνει από το παιχνίδι. Αν κάποιος από αυτούς που είναι στο μέσον πιάσει την μπάλα στην αγκαλιά του πριν αυτή πέσει κάτω, έχει ένα μήλο (ή αλλιώς μια ζωή). Οπότε, μπορεί να ξαναβάλει στο παιχνίδι κάποιον που είχε βγει πρωτύτερα. Το παιχνίδι τελειώνει όταν έχουν χτυπηθεί όλοι από την μπάλα και δεν υπάρχουν «μήλα-ζωές» που να μπορούν να τους σώσουν.

Παιχνίδι γεύσεων (10 λεπτά)

Πάμε να ψωνίσουμε στον μανάβη και γίνεται διακοπή φωτός. Πρέπει με κλειστά μάτια να αναγνωρίσουμε τα φρούτα που έχουμε αγοράσει. Κλείνουμε τα μάτια των Αστεριών και τα βάζουμε να δοκιμάσουν διάφορα φρούτα και να τα μαντέψουν από τη γεύση.

Χειροτεχνία (20 λεπτά)

Κατασκευάζουμε ένα σουπλά. Τα Αστέρια κόβουν από περιοδικά ή παλιά παραμύθια φωτογραφίες από υγιεινές τροφές, αλλά τους δίνουμε και εμείς κάποιες που έχουμε συγκεντρώσει από πριν. Κατόπιν τις κολλάνε πάνω σε χαρτόνι μεγέθους A3 και το Αρχηγείο τα πλαστικοποιεί και τους τα δίνει.

Ζωηρό παιχνίδι (10 λεπτά)

Παιζουμε μία σκυταλοδρομία για το ποια Ομάδα θα μπορέσει να φτιάξει το πιο υγιεινό πιάτο για το πρόγευμά μας.

Σε απόσταση από τα παιδιά έχουμε τοποθετήσει υλικά τόσα όσα και οι Ομάδες που έχουμε δημιουργήσει, ως εξής : φέτες ψωμί, βούτυρο, μαρμελάδα, μέλι, λίγα κόρν φλέικς, ένα γιαούρτι, γάλα, πορτοκαλάδα, γαριδάκια, καραμέλες, σοκολάτα και ό,τι άλλο σκεφτούμε. Δίνουμε σε κάθε Ομάδα από ένα πιάτο πλαστικό μεγάλο και έναν δίσκο σερβιρίσματος, πλαστικό μαχαίρι, πλαστικό μπολ και 2 πλαστικά ποτήρια. Με το σύνθημα, ξεκινά ένα Αστέρι από κάθε Ομάδα με το πλαστικό πιάτο, διανύει μία απόσταση και επιστρέφει φέρνοντας στον δίσκο κάτι από τα υλικά του πρωινού γεύματος. Μετά παίρνει ο επόμενος το πιάτο και συνεχίζεται το ίδιο μέχρι την λήξη του χρόνου. Στο τέλος τού παιχνιδιού τους δίνουμε και λίγο χρόνο να παρουσιάσουν ωραία τον δίσκο του πρωινού τους (πχ. τα κόρν φλέικς μέσα στο γάλα ή το γιαούρτι) και προσθέτουμε μονάδες για τα σωστά ενώ αφαιρούμε μονάδες για τα λάθος.

Τραγούδι (10 λεπτά)

Τραγουδάμε με κινήσεις ένα τραγούδι από το CD της Φρουτοπίας ή το τραγούδι «Ο πρίγκηπας Λεμόνης και η όμορφη Κρεμμύδω» (CD « Όταν το τραγούδι συναντά το παιχνίδι » Γ. Σακελλαρίδης – Ελλ. Γράμματα)

Αστροκουβέντα (10 λεπτά)

Εκτός από την αξιολόγηση της Συγκέντρωσης μπορούμε να μιλήσουμε και για τις διατροφικές μας συνήθειες.

Κλείσιμο (5 λεπτά)

Μετά από τόση ενέργεια που καταναλώσαμε, πρέπει να πάρουμε νέα ενέργεια χωρίς να πάρουμε λιπαρά. Γι' αυτό, το Στέλεχος κερνάει τα Αστέρια αποξηραμένα φρούτα (σύκα, σταφίδες, βερύκοκα, κλπ). ΠΡΟΣΟΧΗ: Είμαστε ενήμεροι για τυχόν αλλεργίες των παιδιών.

Άλλες ιδέες για δράση του Γαλαξία με θέμα τη διατροφή

- Μαντεύουμε αινίγματα (πχ. Χίλιοι, μύριοι καλογέροι σ' ένα ράσο τυλιγμένοι. Τι είναι; Το Ρόδι) ή λέμε παροιμίες και προσπαθούμε να εξηγήσουμε τι εννοούν (πχ Ένα μήλο την ημέρα τον γιατρό τον κάνει πέρα)
- Παίζουμε το παιχνίδι «Σωστό-Λάθος»
Έχουμε βάλει στον τοίχο δύο χρωματιστά χαρτόνια ένα για το Σωστό και ένα για το Λάθος. Κάθε φορά που λέμε κάτι σωστό για την διατροφή τα Αστέρια τρέχουν και κολλούν ένα αυτοκόλλητο χρωματιστό.

Ή

Έχουμε κόψει φωτογραφίες και τα Αστέρια τις κολλάνε στο αντίστοιχο χαρτί ανάλογα με το αν η εικόνα είναι κάτι υγιεινό που πρέπει να το τρώμε συχνά ή όχι.

- Οργανώνουμε στο Γαλαξία ένα εργαστήρι μαγειρικής ή ζαχαροπλαστικής.
- Έχουμε φέρει ποδιές κουζίνας λευκές και τα παιδιά τις διακοσμούν με μπογιές για ύφασμα.
- Τα Στελέχη δημιουργούν στάμπες χαράσσοντας σχέδια σε διάφορα λαχανικά (όπως πατάτα, καρότο). Με τις στάμπες αυτές μπορούμε να διακοσμήσουμε πάνινες τσάντες για ψώνια ή και τις ποδιές που αναφέραμε πιο πάνω.
- Οργάνωση επίσκεψης ενός οδοντιάτρου για να μιλήσει για την στοματική υγιεινή.
- Διαβάζουμε παραμύθια για την υγιεινή διατροφή τα οποία μπορούμε να τα δραματοποιήσουμε.
- Φτιάχνουμε με τα Αστέρια κούκλες κουκλοθεάτρου από λαχανικά ή φρούτα και προτρέπουμε τα Αστέρια να παρουσιάσουν με αυτές κάτι δικό τους.

Παροιμίες με τροφές

- Συμπλήρωσε τις παροιμίες με τη βοήθεια των εικόνων.



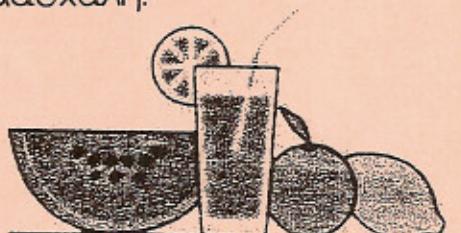
Όπου ακούς πολλά κράτα και μικρό



Ένα την ημέρα το γιατρό τον κάνει πέρα.



Δε χωρούν δυο σε μια μασχάλη.

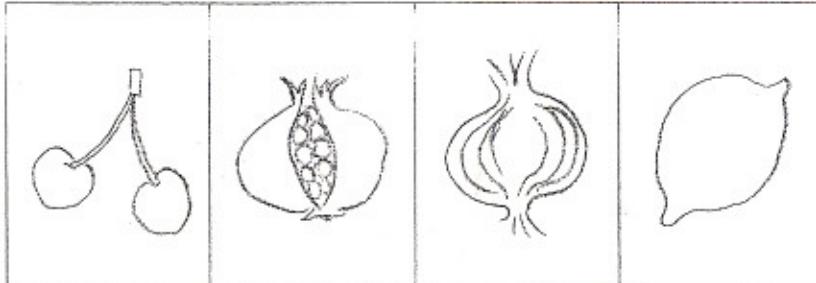




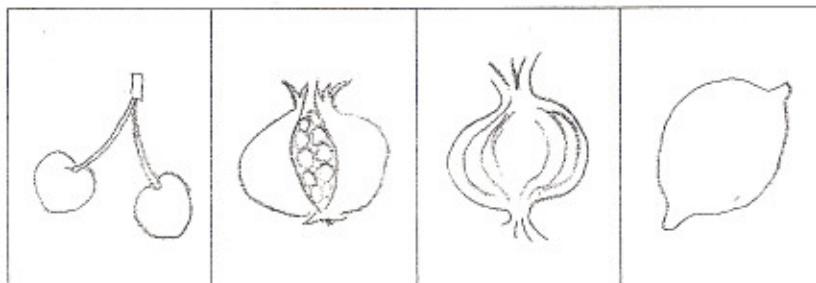
Ανέγκαστα

● Χρωμάτισε την εικόνα που «κρύβεται» στο αίνιγμα!

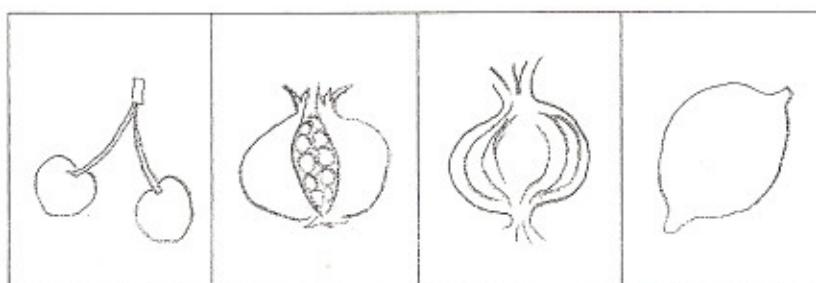
Κίτρινο είμαι,
ήλιος δεν είμαι,
τα μάτια κλείνω
και άρωμα δίνω.



Ο θείος μου ο ζωναράς,
σαράντα ζώνες έχει.



Χίλιοι μύριοι καλογέροι,
σ'ένα ράσο τυλιγμένοι.



Ολόγλυκα και νόστιμα,
τα τρώνε τα πουλάκια και
τα παιδιά στ' αυτάκια τους
τα χουν σκουλαρικάκια.

