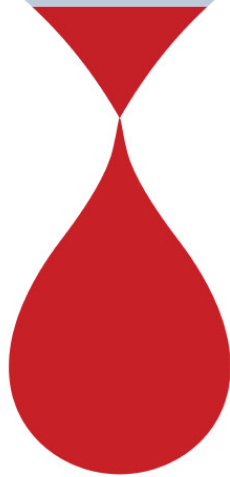


Φύλλα Εργασίας



ΣΤΟ ΣΩΜΑ ΣΟΥ

ΡΙΣΠΕΚΤ!

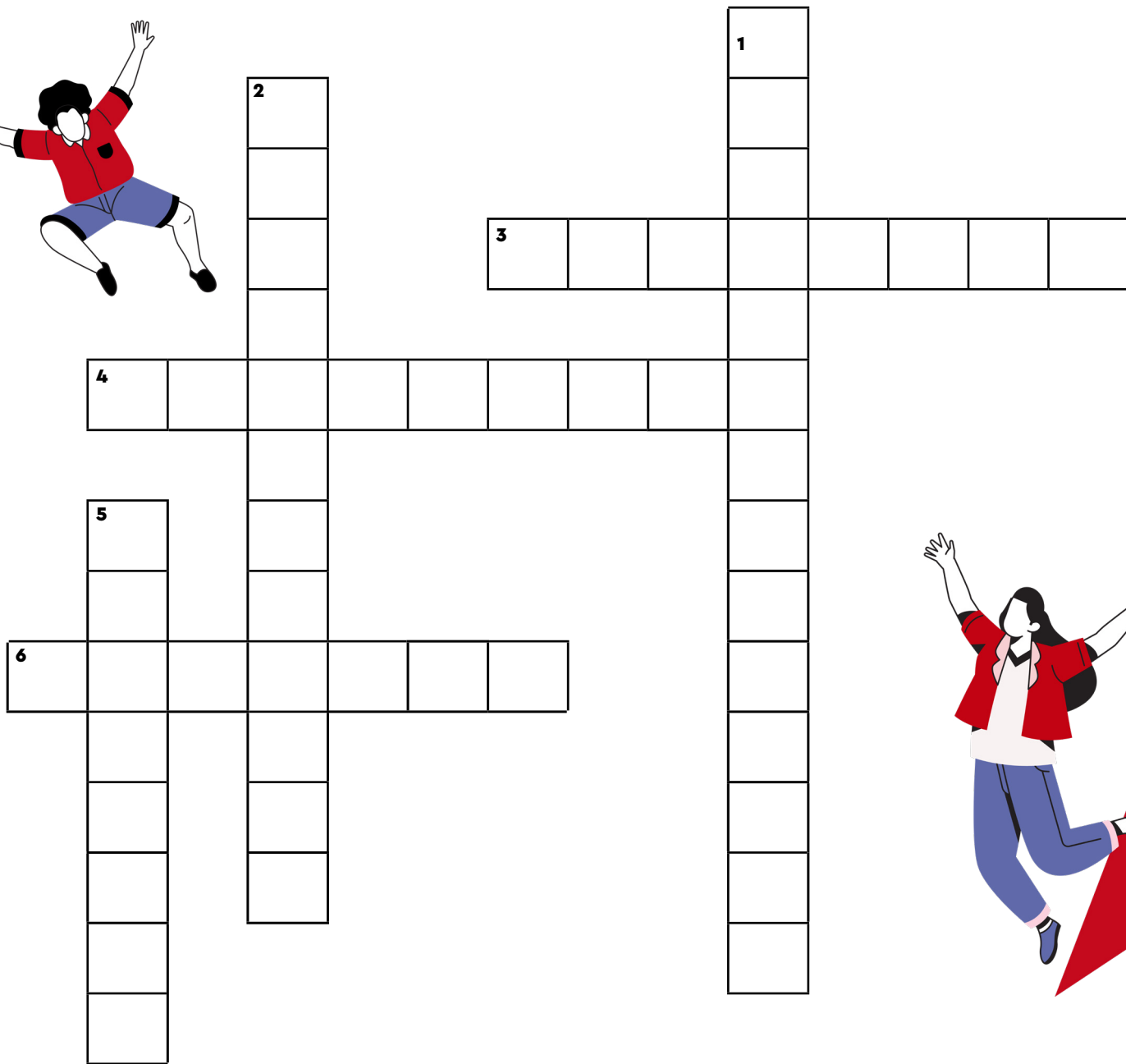
ΜΙΛΑΜΕ ΑΝΟΙΧΤΑ ΓΙΑ ΤΗΝ ΠΕΡΙΟΔΟ.

Φύλλα εργασίας για παιδιά Δημοτικού



Οδηγίες

Διάβασε προσεκτικά τις προτάσεις και συμπλήρωσε τις λέξεις στο σταυρόλεξο. Οι λέξεις σχετίζονται με την εφηβεία.



Οριζόντια

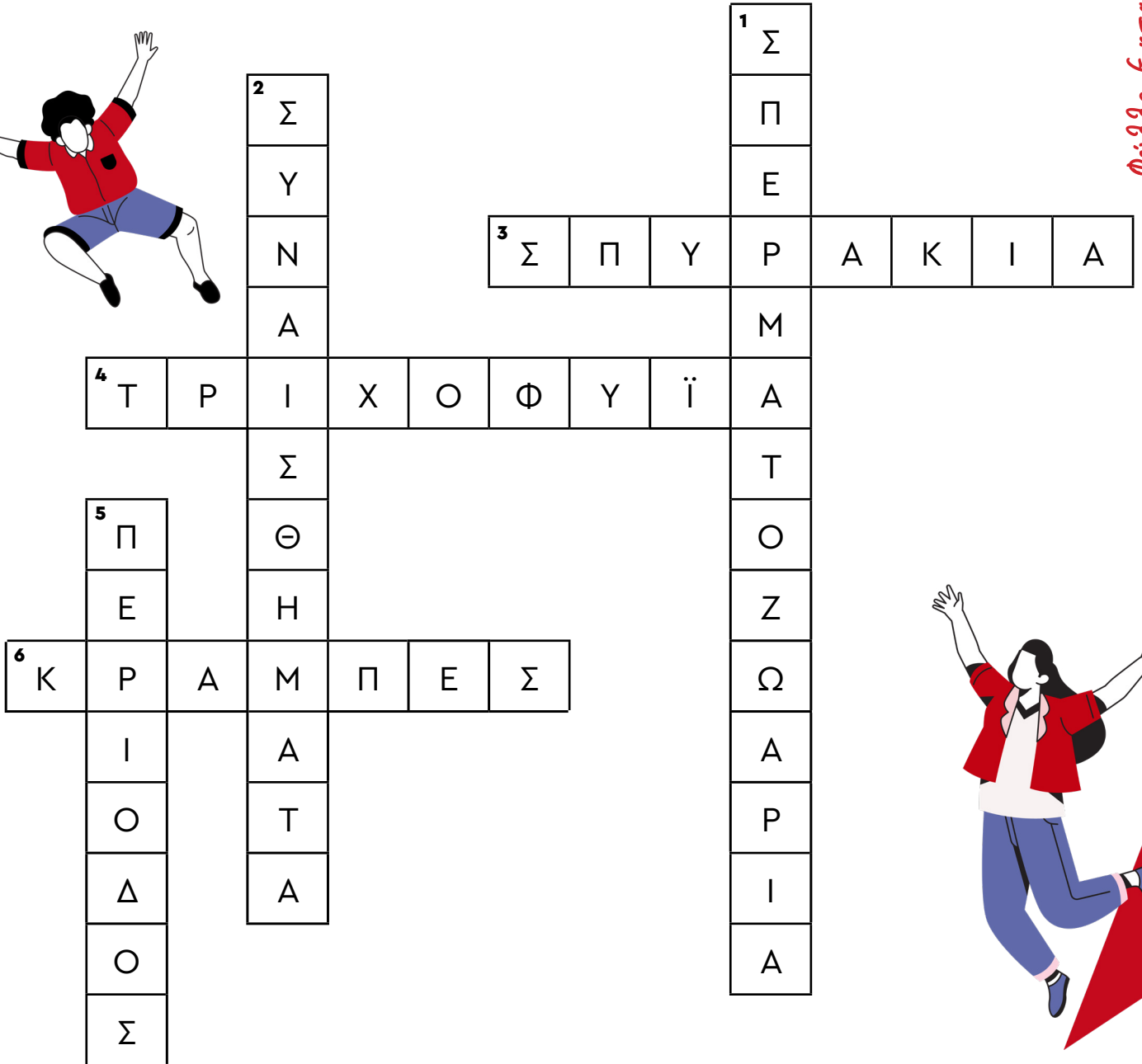
3. εμφανίζονται στην εφηβεία γιατί οι ορμόνες κάνουν το δέρμα πιο λιπαρό
4. εμφανίζεται στην εφηβεία στα πόδια, στις μασχάλες και στο πρόσωπο
6. πολλά κορίτσια τις νοιώθουν χαμηλά στην κοιλιά όταν έχουν περίοδο

Κάθεται

1. ξεκινούν να παράγονται στους όρχεις στην εφηβεία
2. κάποιες φορές, στην εφηβεία μοιάζουν πολύ έντονα
5. συμβαίνει κάθε περίπου 28 μέρες στα κορίτσια και τις γυναίκες

Οδηγίες

Διάβασε προσεκτικά τις προτάσεις και συμπλήρωσε τις λέξεις στο σταυρόλεξο. Οι λέξεις σχετίζονται με την εφηβεία.



Οριζόντια

- εμφανίζονται στην εφηβεία γιατί οι ορμόνες κάνουν το δέρμα πιο λιπαρό
- εμφανίζεται στην εφηβεία στα πόδια, στις μασχάλες και στο πρόσωπο
- πολλά κορίτσια τις νοιώθουν χαμηλά στην κοιλιά όταν έχουν περίοδο

Κάθετα

- ξεκινούν να παράγονται στους όρχεις στην εφηβεία
- κάποιες φορές, στην εφηβεία μοιάζουν πολύ έντονα
- συμβαίνει κάθε περίπου 28 μέρες στα κορίτσια και τις γυναίκες

Κρυπτόλεξο

ΣΤΟ ΣΩΜΑ ΣΟΥ

ΡΙΣΠΕΚΤ!

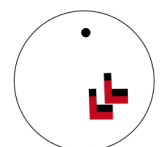
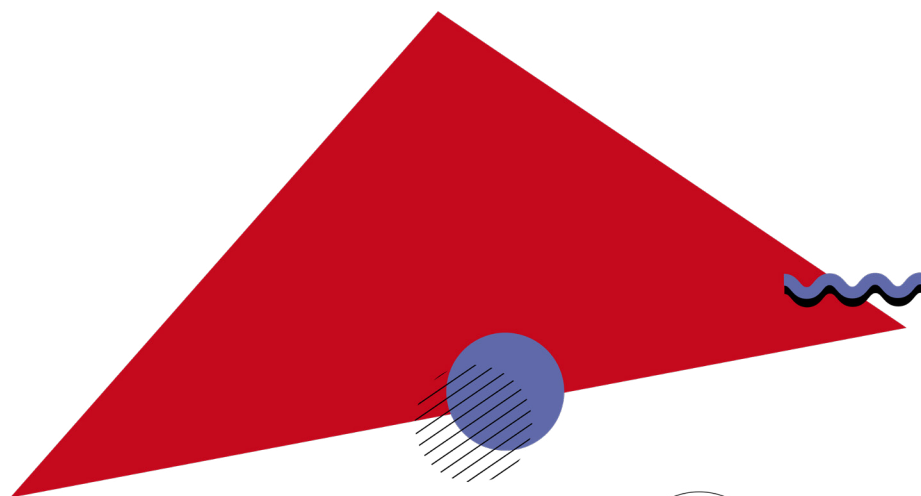
ΜΙΑΜΕ ΑΝΟΙΧΤΑ ΓΙΑ ΤΗΝ ΠΕΡΙΟΔΟ.

Οδηγίες

Αναζήτησε στον πίνακα, κάθετα και οριζόντια, τις οκτώ (8) λέξεις που βλέπεις στη λίστα.

| | | | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Ι | Ε | Α | Ι | Δ | Ρ | Ω | Τ | Α | Σ | Η | Ω | Ε | Ι |
| Β | Δ | Π | Ε | Ρ | Ι | Ο | Δ | Ο | Σ | Γ | Θ | Η | Ν |
| Λ | Ε | Η | Τ | Θ | Σ | Θ | Ο | Μ | Ε | Β | Μ | Χ | Σ |
| Λ | Ψ | Ψ | Β | Ω | Μ | Η | Τ | Ρ | Α | Ι | Θ | Ο | Α |
| Υ | Σ | Π | Υ | Ρ | Α | Κ | Ι | Α | Ι | Σ | Β | Ω | Ζ |
| Ε | Ν | Τ | Ρ | Ι | Χ | Ε | Σ | Υ | Ο | Τ | Ρ | Π | Ξ |
| Ο | Ρ | Μ | Ο | Ν | Ε | Σ | Ε | Ρ | Β | Ι | Ε | Τ | Α |

1. ΩΘΗΚΕΣ
2. ΣΠΥΡΑΚΙΑ
3. ΠΕΡΙΟΔΟΣ
4. ΤΡΙΧΕΣ
5. ΜΗΤΡΑ
6. ΟΡΜΟΝΕΣ
7. ΣΕΡΒΙΕΤΑ
8. ΙΔΡΩΤΑΣ



Κρυπτόλεξο

ΣΤΟ ΣΩΜΑ ΣΟΥ

ΡΙΣΠΕΚΤ!

ΜΙΛΑΜΕ ΑΝΟΙΧΤΑ ΓΙΑ ΤΗΝ ΠΕΡΙΟΔΟ.

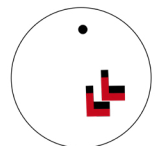
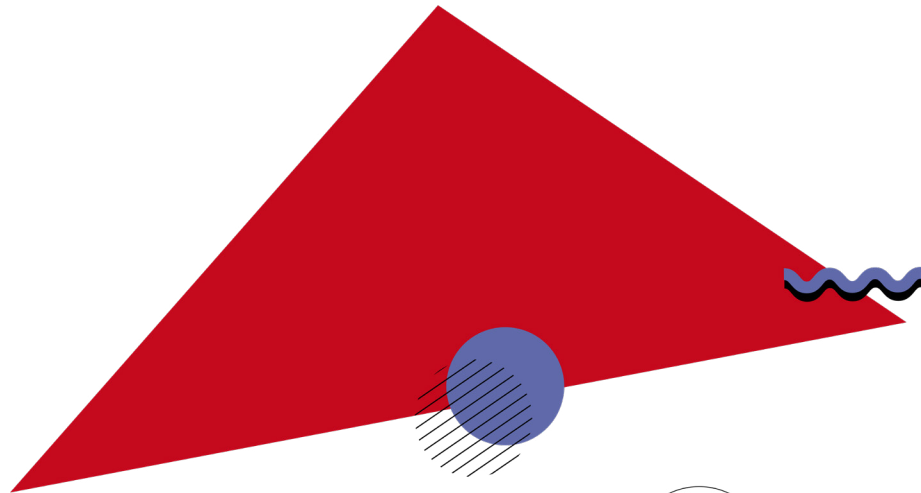
Φύλλο Εκπαιδευτικού

Οδηγίες

Αναζήτησε στον πίνακα, κάθετα και οριζόντια, τις οκτώ (8) λέξεις που βλέπεις στη λίστα.

| | | | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Ι | Ε | Α | Ι | Δ | Ρ | Ω | Τ | Α | Σ | Η | Ω | Ε | Ι |
| Β | Δ | Π | Ε | Ρ | Ι | Ο | Δ | Ο | Σ | Γ | Θ | Η | Ν |
| Λ | Ε | Η | Τ | Θ | Σ | Θ | Ο | Μ | Ε | Β | Μ | Χ | Σ |
| Λ | Ψ | Ψ | Β | Ω | Μ | Η | Τ | Ρ | Α | Ι | Θ | Ο | Α |
| Υ | Σ | Π | Υ | Ρ | Α | Κ | Ι | Α | Ι | Σ | Β | Ω | Ζ |
| Ε | Ν | Τ | Ρ | Ι | Χ | Ε | Σ | Υ | Ο | Τ | Ρ | Π | Ξ |
| Ο | Ρ | Μ | Ο | Ν | Ε | Σ | Ε | Ρ | Β | Ι | Ε | Τ | Α |

1. ΩΘΗΚΕΣ
2. ΣΠΥΡΑΚΙΑ
3. ΠΕΡΙΟΔΟΣ
4. ΤΡΙΧΕΣ
5. ΜΗΤΡΑ
6. ΟΡΜΟΝΕΣ
7. ΣΕΡΒΙΕΤΑ
8. ΙΔΡΩΤΑΣ



Σελίδες

Ζωγραφικής

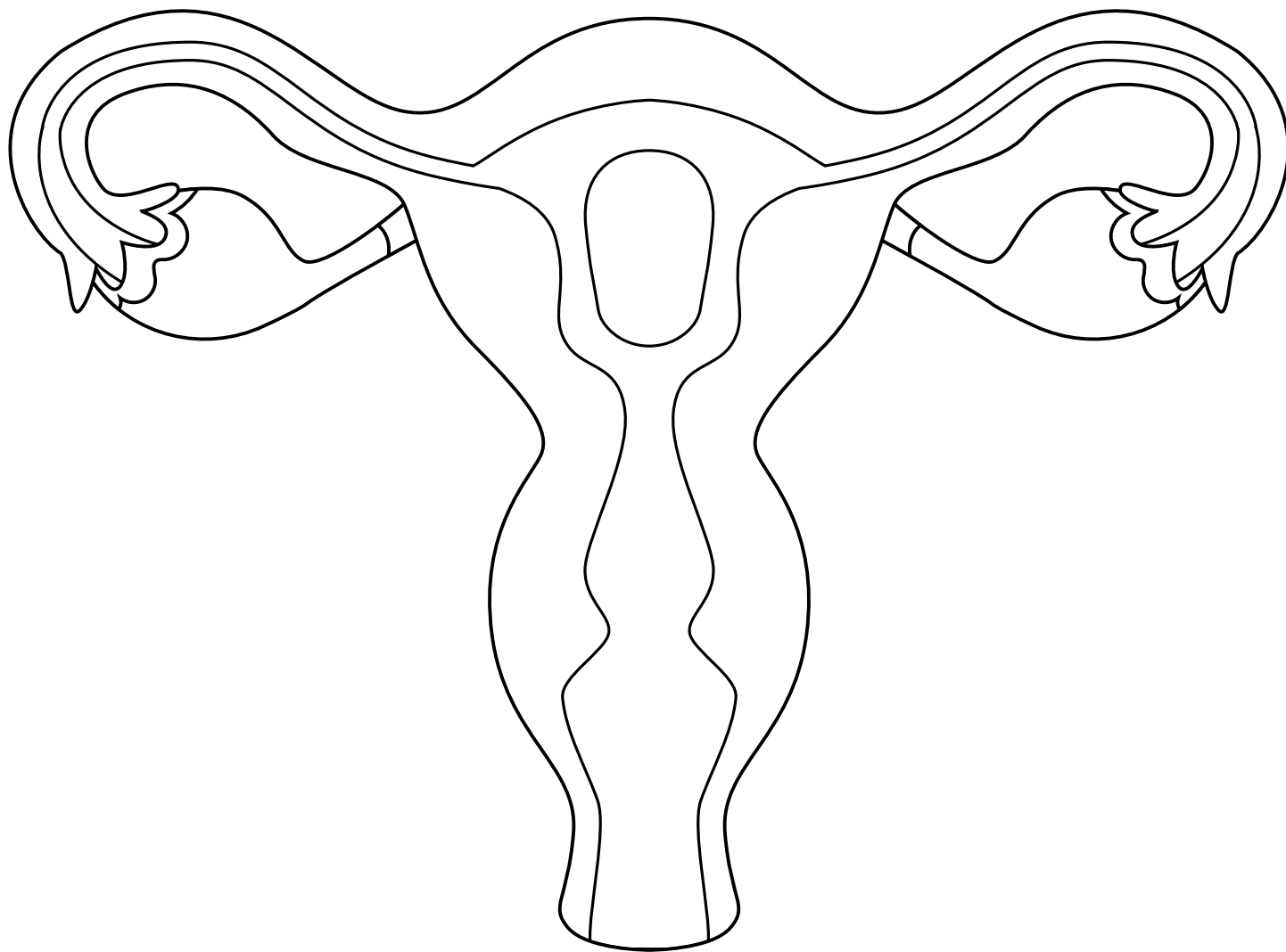
ΣΤΟ ΣΩΜΑ ΣΟΥ

ΡΙΣΠΕΚΤ!

ΜΙΛΑΜΕ ΑΝΟΙΧΤΑ ΓΙΑ ΤΗΝ ΠΕΡΙΟΔΟ.

Οδηγίες

Χρωμάτισε το παρακάτω σχέδιο του γυναικείου αναπαραγωγικού συστήματος. Στη συνέχεια, πρόσθεσε βελάκια στα σωστά σημεία και γράψε δίπλα το όνομα για κάθε μέρος του γυναικείου αναπαραγωγικού συστήματος (ωθήκες, σάλπιγγες, μήτρα, τράχηλος, κόλπος).



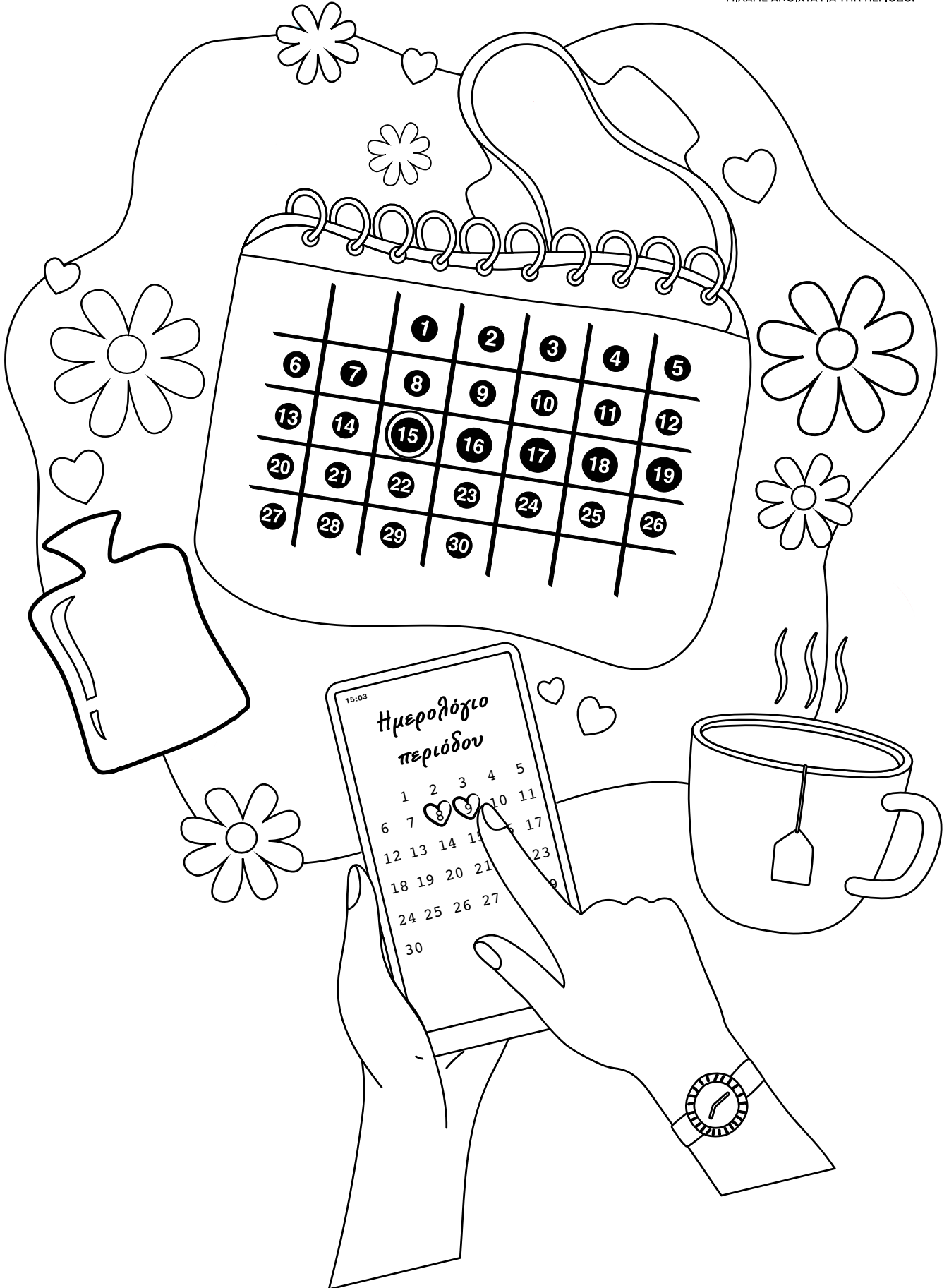
Οδηγίες

Χρωμάτισε τα παρακάτω ημερολόγια περιόδου.

ΣΤΟ ΣΩΜΑ ΣΟΥ

ΡΙΣΠΕΚΤ!

ΜΙΛΑΜΕ ΑΝΟΙΧΤΑ ΓΙΑ ΤΗΝ ΠΕΡΙΟΔΟ.



Βρίσκω

τις αλλαγές

ΣΤΟ ΣΩΜΑ ΣΟΥ

ΡΙΣΠΕΚΤ!

ΜΙΛΑΜΕ ΑΝΟΙΧΤΑ ΓΙΑ ΤΗΝ ΠΕΡΙΟΔΟ.

Οδηγίες

Σκέψου τις αλλαγές που συμβαίνουν στο σώμα στη διάρκεια της εφηβείας και σημείωσέ τις στα πλαίσια. Σε κάθε πλαίσιο μπορείς να γράψεις και περισσότερες από μία αλλαγές.



ΣΤΟ ΣΩΜΑ ΣΟΥ

ΡΙΣΠΕΚΤ!

ΜΙΛΑΜΕ ΑΝΟΙΧΤΑ ΓΙΑ ΤΗΝ ΠΕΡΙΟΔΟ.



ανάπτυξη στήθους

διεύρυνση γοφών

αύξηση ύψους

έναρξη
κολπικών εκκρίσεων

αύξηση της τριχοφυΐας
του σώματος

έναρξη περιόδου
(εμμηναρχή)

αλλαγές στο δέρμα

περισσότερο
σωματικό λίπος γύρω από
τους γοφούς, τους μηρούς
και το στήθος

συναισθηματικές
αλλαγές



ανάπτυξη των όρχεων
και του πέους

παραγωγή σπέρματος

αύξηση της τριχοφυΐας
του σώματος και του
προσώπου

ανάπτυξη μυών

αλλαγές στο δέρμα

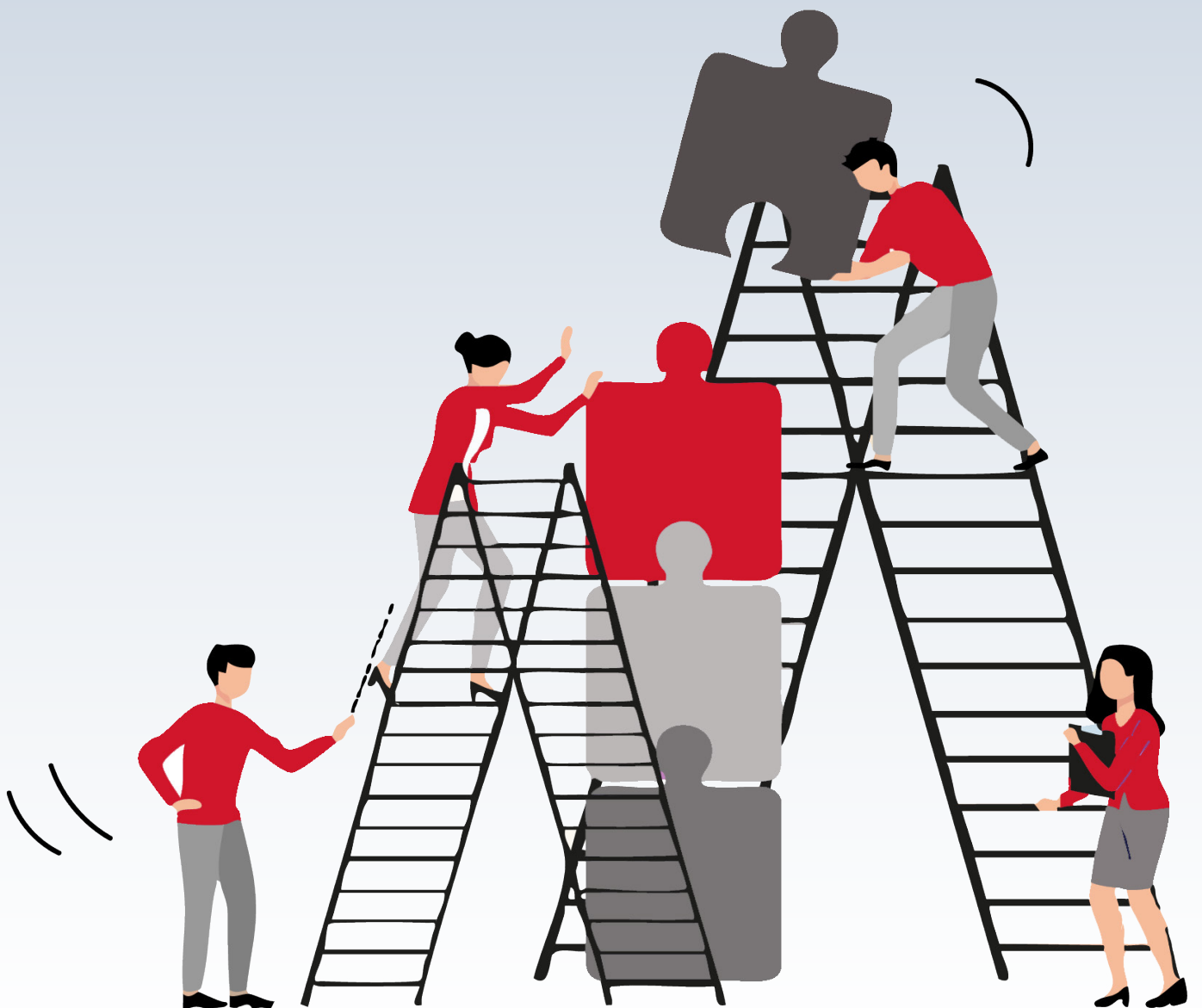
βαθαίνει η φωνή

αύξηση του ύψους

συναισθηματικές
αλλαγές



Φύλλα εργασίας
για παιδιά Γυμνασίου



Φύλλο

Εργασίας

ΣΤΟ ΣΩΜΑ ΣΟΥ

ΡΙΣΠΕΚΤ!

ΜΙΛΑΜΕ ΑΝΟΙΧΤΑ ΓΙΑ ΤΗΝ ΠΕΡΙΟΔΟ.

Οδηγίες

Συμπλήρωσε τα κενά με την κατάλληλη λέξη.

Κάποιες λέξεις χρησιμοποιούνται περισσότερες από μία φορές.

Εσωτερικά Θηλυκά Γεννητικά Όργανα και γιατί έχουμε περίοδο

Κάθε θηλυκό άτομο γεννιέται με χιλιάδες στις ωοθήκες του. Τα είναι τόσο μικρά που δεν μπορούν να φανούν με γυμνό μάτι. Όταν ένα κορίτσι φτάσει στην εφηβεία, ένα μικροσκοπικό ωριμάζει σε μία από τις ωοθήκες και ταξιδεύει μέσα από μια προς τη

Η μήτρα προετοιμάζεται για την άφιξη του ωαρίου, δημιουργώντας ένα παχύ και μαλακό στρώμα, σαν ένα μαξιλάρι. Αν το ωάριο συναντηθεί με ένα και ενωθούν (αυτή η ένωση ονομάζεται), το γονιμοποιημένο ωάριο ταξιδεύει στη, προσκολλάται στο στρώμα της και παραμένει εκεί για τους επόμενους εννέα μήνες, όπου και αναπτύσσεται.

Αν δεν γίνει γονιμοποίηση του ωαρίου από κάποιο, τότε η μήτρα δεν χρειάζεται το παχύ στρώμα που είχε δημιουργήσει. Έτσι, το αποβάλλει μαζί με λίγο αίμα και σωματικά υγρά. Όλα αυτά περνούν από τον τράχηλο της μήτρας και βγαίνουν από τον Αυτή η ροή αίματος ονομάζεται «περίοδος» ή έμμηνος ρύση.

Λέξεις για τα κενά:

**Ωάρια (2), ωάριο, σάλπιγγα, γονιμοποίηση,
μήτρα (2), κόλπο, σπερματοζώαριο (2)**

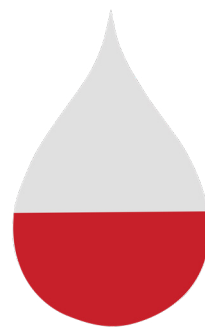
Μια ακόμη πληροφορία...
Κάθε κορίτσι γεννιέται με όλα τα ωάρια που θα έχει σε όλη τη διάρκεια της ζωής του. Συγκεκριμένα, ένα μωρό γεννιέται με περίπου 1-2 εκατομμύρια ανώριμα ωάρια στις ωοθήκες του. Κατά την εφηβεία, αυτός ο αριθμός μειώνεται σε περίπου 300.000-400.000.

Κρυπτόλεξο

ΣΤΟ ΣΩΜΑ ΣΟΥ

ΡΙΣΠΕΚΤ!

ΜΙΛΑΜΕ ΑΝΟΙΧΤΑ ΓΙΑ ΤΗΝ ΠΕΡΙΟΔΟ.



Οδηγίες

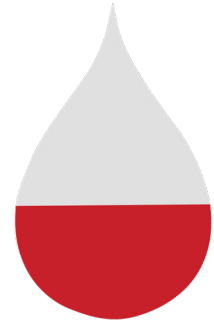
Αναζήτησε στον πίνακα, κάθετα, οριζόντια και διαγώνια τις λέξεις που βλέπεις στη λίστα.

| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Π | Ρ | Ο | Σ | Τ | Α | Γ | Λ | Α | Ν | Δ | Ι | Ν | Ε | Σ | Γ | Ε | Η | Α | Φ | Χ | Ν | Ι | Α | Μ | Ο | Ε |
| Ρ | Τ | Γ | Ν | Κ | Θ | Υ | Σ | Ε | Ω | Χ | Σ | Κ | Γ | Ε | Α | Ρ | Ω | Υ | Η | Ο | Ζ | Σ | Β | Μ | Κ | Φ |
| Ρ | Γ | Β | Ν | Λ | Ο | Π | Φ | Τ | Ψ | Σ | Δ | Ξ | Β | Μ | Σ | Τ | Ε | Θ | Ο | Ω | Χ | Δ | Α | Ζ | Ξ | Τ |
| Μ | Φ | Σ | Η | Ω | Ζ | Ν | Τ | Υ | Σ | Φ | Ξ | Λ | Ε | Ψ | Ξ | Ρ | Δ | Κ | Υ | Ε | Ω | Κ | Θ | Τ | Σ | Ο |
| Φ | Γ | Σ | Β | Κ | Θ | Ι | Δ | Ρ | Ε | Ο | Π | Χ | Ζ | Β | Ρ | Σ | Ξ | Ο | Ρ | Β | Χ | Ψ | Μ | Λ | Σ | Ρ |
| Θ | Τ | Α | Σ | Σ | Γ | Ζ | Ω | Κ | Ο | Η | Φ | Γ | Ι | Π | Μ | Ψ | Σ | Ζ | Β | Ν | Μ | Ω | Ι | Φ | Σ | Π |
| Ε | Σ | Φ | Η | Σ | Α | Ω | Ο | Ζ | Η | Κ | Θ | Ω | Ο | Π | Η | Δ | Ι | Κ | Υ | Κ | Λ | Ο | Σ | Ε | Β | Μ |
| Σ | Φ | Ι | Φ | Κ | Ο | Ω | Σ | Ι | Ο | Ε | Μ | Λ | Χ | Γ | Ε | Μ | Μ | Η | Ν | Ο | Σ | Ρ | Υ | Σ | Η | Α |
| Ι | Γ | Ν | Ω | Δ | Χ | Β | Ξ | Ε | Σ | Θ | Ι | Ε | Β | Ρ | Τ | Μ | Δ | Χ | Β | Π | Λ | Ρ | Κ | Ε | Σ | Φ |
| Δ | Μ | Υ | Ι | Σ | Σ | Α | Ξ | Κ | Λ | Τ | Υ | Ρ | Ε | Ψ | Ι | Ω | Μ | Λ | Λ | Ο | Ε | Η | Δ | Π | Μ | Σ |
| Ω | Ο | Γ | Θ | Ξ | Σ | Ι | Α | Ε | Υ | Θ | Ρ | Ω | Π | Κ | Φ | Ν | Β | Ν | Φ | Μ | Ε | Ξ | Ρ | Ξ | Π | Σ |
| Α | Δ | Ω | Ν | Μ | Τ | Ε | Μ | Μ | Ε | Κ | Τ | Ο | Ο | Λ | Κ | Δ | Ι | Σ | Α | Λ | Π | Ι | Γ | Γ | Α | Λ |
| Β | Λ | Η | Σ | Β | Κ | Σ | Π | Λ | Σ | Τ | Ν | Η | Γ | Α | Ρ | Σ | Ν | Κ | Κ | Θ | Τ | Α | Μ | Π | Ο | Ν |
| Ζ | Ω | Β | Ο | Ρ | Ξ | Φ | Ι | Α | Κ | Ρ | Ν | Σ | Λ | Ο | Ρ | Υ | Ε | Τ | Η | Λ | Α | Ε | Ρ | Ω | Μ | Φ |
| Ε | Ρ | Τ | Υ | Ω | Σ | Ξ | Μ | Χ | Ζ | Ξ | Ψ | Β | Λ | Π | Ν | Ι | Ο | Π | Σ | Δ | Γ | Β | Ε | Η | Σ | Μ |
| Α | Κ | Ι | Λ | Ο | Ε | Σ | Η | Ξ | Β | Μ | Ν | Ρ | Τ | Υ | Δ | Α | Ο | Ρ | Ε | Ω | Μ | Φ | Κ | Ψ | Λ | Ι |

1. ΩΟΡΗΕΙΑ
2. ΚΥΚΛΟΣ
3. ΤΑΜΠΟΝ
4. ΠΡΟΣΤΑΓΛΑΝΔΙΝΕΣ
5. ΕΜΜΗΝΟΣΡΥΣΗ
6. ΣΑΛΠΙΓΓΑ
7. ΩΑΡΙΟ
8. ΩΧΡΙΝΙΚΗ
9. ΟΙΣΤΡΟΓΟΝΑ



Κρυπτόλεξο



Φύλλο Εκπαιδευτικού

Οδηγίες

Αναζήτησε στον πίνακα, κάθετα, οριζόντια και διαγώνια τις λέξεις που βλέπεις στη λίστα.

| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Π | Ρ | Ο | Σ | Τ | Α | Γ | Λ | Α | Ν | Δ | Ι | Ν | Ε | Σ | Γ | Ε | Η | Α | Φ | Χ | Ν | Ι | Α | Μ | Ο | Ε |
| Ρ | Τ | Γ | Ν | Κ | Θ | Υ | Σ | Ε | Ω | Χ | Σ | Κ | Γ | Ε | Α | Ρ | Ω | Υ | Η | Ο | Ζ | Σ | Β | Μ | Κ | Φ |
| Ρ | Γ | Β | Ν | Λ | Ο | Π | Φ | Τ | Ψ | Σ | Δ | Ξ | Β | Μ | Σ | Τ | Ε | Θ | Ο | Ω | Χ | Δ | Α | Ζ | Ξ | Τ |
| Μ | Φ | Σ | Η | Ω | Ζ | Ν | Τ | Υ | Σ | Φ | Ξ | Λ | Ε | Ψ | Ξ | Ρ | Δ | Κ | Υ | Ε | Ω | Κ | Θ | Τ | Σ | Ο |
| Φ | Γ | Σ | Β | Κ | Θ | Ι | Δ | Ρ | Ε | Ο | Π | Χ | Ζ | Β | Ρ | Σ | Ξ | Ο | Ρ | Β | Χ | Ψ | Μ | Λ | Σ | Ρ |
| Θ | Τ | Α | Σ | Σ | Γ | Ζ | Ω | Κ | Ο | Η | Φ | Γ | Ι | Π | Μ | Ψ | Σ | Ζ | Β | Ν | Μ | Φ | Ι | Φ | Σ | Π |
| Ε | Σ | Φ | Η | Σ | Α | Ω | Ο | Ζ | Η | Κ | Θ | Ω | Ο | Π | Η | Δ | Ι | Κ | Υ | Κ | Α | Φ | Σ | Ε | Β | Μ |
| Σ | Φ | Ι | Φ | Κ | Ο | Ω | Σ | Ι | Ο | Ε | Μ | Λ | Υ | Γ | Ε | Μ | Η | Ν | Θ | Σ | Ρ | Υ | Σ | Η | Α | |
| Ι | Γ | Ν | Ω | Δ | Χ | Β | Ξ | Ε | Σ | Θ | Ι | Ε | Β | Ρ | Τ | Μ | Δ | Χ | Β | Π | Λ | Ρ | Κ | Ε | Σ | Φ |
| Δ | Μ | Υ | Ι | Σ | Σ | Α | Ξ | Κ | Λ | Τ | Υ | Ρ | Ε | Ψ | Ι | Ω | Μ | Λ | Λ | Ο | Ε | Η | Δ | Π | Μ | Σ |
| Ω | Ο | Γ | Θ | Ξ | Σ | Ι | Α | Ε | Υ | Θ | Ρ | Ε | Π | Κ | Φ | Η | Β | Ν | Φ | Μ | Ε | Ξ | Ρ | Ξ | Π | Σ |
| Α | Δ | Ω | Ν | Μ | Τ | Ε | Μ | Μ | Ε | Κ | Τ | Ο | Ω | Λ | Κ | Δ | Ι | Σ | Α | Α | Π | Γ | Γ | Α | Λ | |
| Β | Λ | Η | Σ | Β | Κ | Σ | Π | Λ | Σ | Τ | Ν | Η | Γ | Α | Ρ | Σ | Ν | Κ | Κ | Θ | Τ | Α | Μ | Π | Ο | Ν |
| Ζ | Ω | Β | Ο | Ρ | Ξ | Φ | Ι | Α | Κ | Ρ | Ν | Σ | Λ | Ο | Ρ | Υ | Ε | Τ | Η | Λ | Α | Ε | Ρ | Ω | Μ | Φ |
| Ε | Ρ | Τ | Υ | Ω | Σ | Ξ | Μ | Χ | Ζ | Ξ | Ψ | Β | Λ | Π | Ν | Ι | Ο | Π | Σ | Δ | Γ | Β | Ε | Η | Σ | Μ |
| Α | Κ | Ι | Λ | Ο | Ε | Σ | Η | Ξ | Β | Μ | Ν | Ρ | Τ | Υ | Δ | Α | Ο | Ρ | Ε | Ω | Μ | Φ | Κ | Ψ | Λ | Ι |

1. ΩΟΡΗΕΙΑ
2. ΚΥΚΛΟΣ
3. ΤΑΜΠΟΝ
4. ΠΡΟΣΤΑΓΛΑΝΔΙΝΕΣ
5. ΕΜΜΗΝΟΣΡΥΣΗ
6. ΣΑΛΠΙΓΓΑ
7. ΩΑΡΙΟ
8. ΩΧΡΙΝΙΚΗ
9. ΟΙΣΤΡΟΓΟΝΑ



Ο εμμηνορρησιακός κύκλος

Οδηγίες

Διάβασε προσεκτικά τους ορισμούς και προσπάθησε να βρεις τις έννοιες που σχετίζονται με τον εμμηνορρησιακό κύκλο.



Κάθετα

1. έντονοι πόνοι περιόδου
2. η πρώτη έμμηνος ρύση
3. κύτταρο που βρίσκεται μέσα στις ωοθήκες
5. μέρος του θυληκού αναπαραγωγικού συστήματος
6. η φάση του έμμηγου κύκλου που το περίβλημα της μήτρας (ενδομήτριο), αποβάλλεται από το σώμα

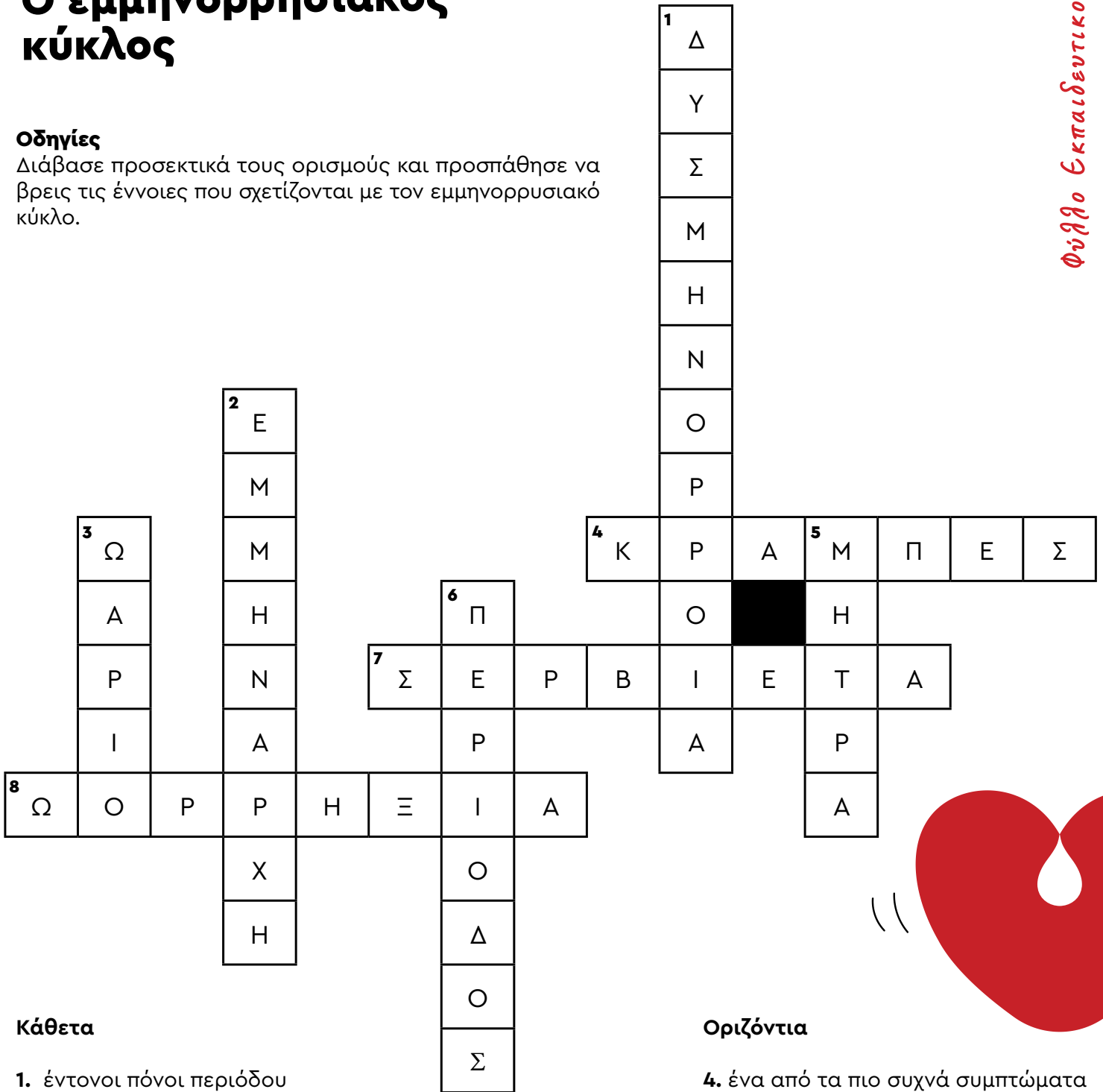
Οριζόντια

4. ένα από τα πιο συχνά συμπτώματα της περιόδου
7. προϊόν για τη συλλογή της ροής της περιόδου
8. η φάση του εμμηνορρησιακού κύκλου κατά την οποία το ωάριο απελευθερώνεται από την ωοθήκη και μετακινείται προς τη σάλπιγγα

Ο εμμηνορρησιακός κύκλος

Οδηγίες

Διάβασε προσεκτικά τους ορισμούς και προσπάθησε να βρεις τις έννοιες που σχετίζονται με τον εμμηνορρησιακό κύκλο.



Κάθετα

1. έντονοι πόνοι περιόδου
2. η πρώτη έμμηνος ρύση
3. κύτταρο που βρίσκεται μέσα στις ωοθήκες
5. μέρος του θυληκού αναπαραγωγικού συστήματος
6. η φάση του έμμηνου κύκλου που το περίβλημα της μήτρας (ενδομήτριο), αποβάλλεται από το σώμα

Οριζόντια

4. ένα από τα πιο συχνά συμπτώματα της περιόδου
7. προϊόν για τη συλλογή της ροής της περιόδου
8. η φάση του εμμηνορρησιακού κύκλου κατά την οποία το ωάριο απελευθερώνεται από την ωοθήκη και μετακινείται προς τη σάλπιγγα



Το κουίζ

της περιόδου

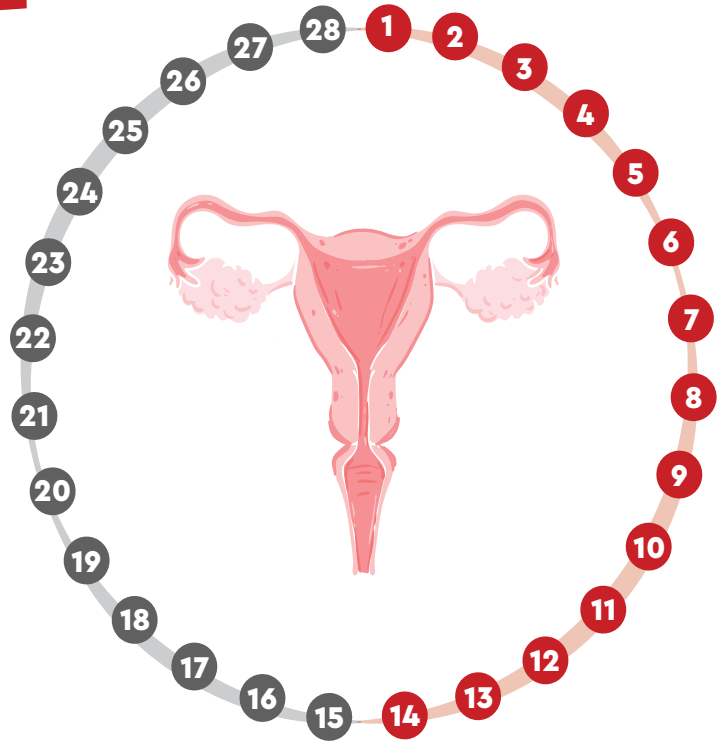
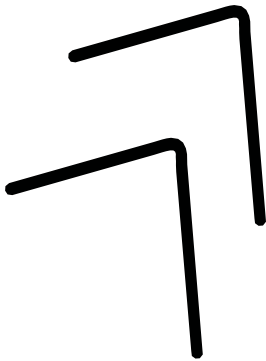
ΣΤΟ ΣΩΜΑ ΣΟΥ

ΡΙΣΠΕΚΤ!

ΜΙΑΜΕ ΑΝΟΙΧΤΑ ΓΙΑ ΤΗΝ ΠΕΡΙΟΔΟ.

Οδηγίες

Διάβασε προσεκτικά τις παρακάτω φράσεις και σημείωσε ένα ✓ σε αυτές που είναι σωστές και ένα X σε αυτές που είναι λανθασμένες.



| Ερωτήσεις | Σωστό | Λάθος |
|---|-------|-------|
| Η περίοδος είναι μια ένδειξη ότι ένα κορίτσι μπήκε στην εφηβεία. | | |
| Για όλα τα κορίτσια η περίοδος ξεκινά για πρώτη φορά στα 12 χρόνια. | | |
| Το κάθε σώμα ωριμάζει με τον δικό του ρυθμό. | | |
| Από την εφηβεία μέχρι την εμμηνόπαυση, η μήτρα αποβάλλει την εσωτερική της επένδυση (ενδομήτριο) περίπου κάθε μήνα. Αυτό είναι η περίοδος. | | |
| Αν το ωάριο γονιμοποιηθεί, η εσωτερική επένδυση της μήτρας είναι πολύ χρήσιμη και δεν αποβάλλεται ως περίοδος. | | |
| Η περίοδος αποβάλλεται από τις σάλπιγγες. | | |
| Η περίοδος μπορεί να εμφανίζεται κάθε 21 έως 45 ημέρες και αυτό το διάστημα ονομάζεται εμμηνορρυσιακός κύκλος. | | |
| Ο κύκλος μπορεί να είναι ακανόνιστος (δηλαδή μεγαλύτερος από 45 ημέρες ή μικρότερος από 21 ημέρες) τα δύο πρώτα χρόνια μετά την έναρξη της πρώτης περιόδου (εμμηναρχή). | | |
| Η περίοδος έχει την ίδια διάρκεια σε όλα τα κορίτσια. | | |
| Οι πόνοι της περιόδου είναι κράμπες, αποτέλεσμα των συσπάσεων της μήτρας. | | |

Το κουίζ

της περιόδου

ΣΤΟ ΣΩΜΑ ΣΟΥ

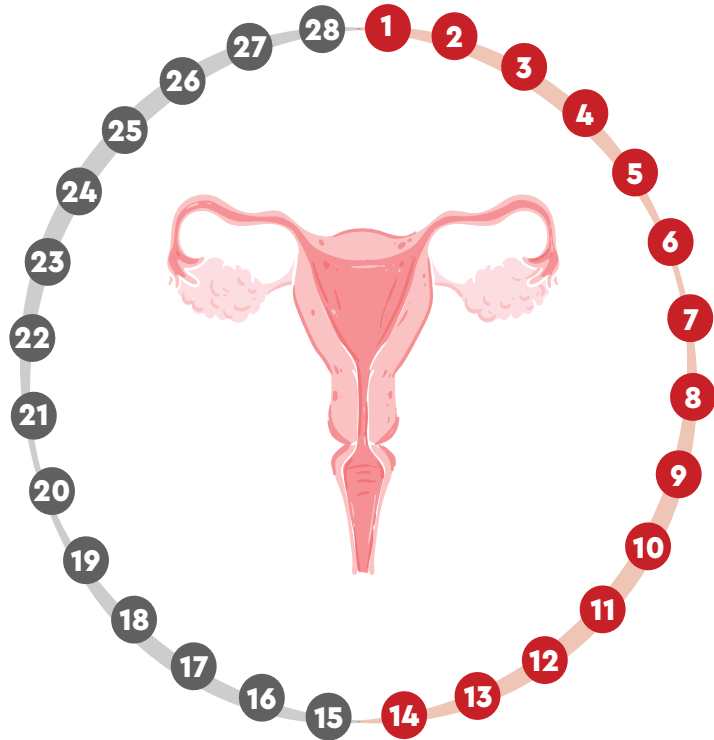
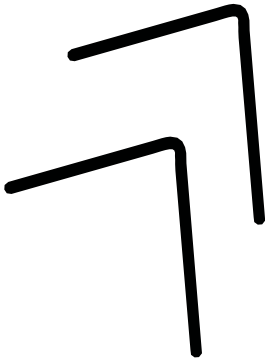
ΡΙΣΠΕΚΤ!

ΜΙΛΑΜΕ ΑΝΟΙΧΤΑ ΓΙΑ ΤΗΝ ΠΕΡΙΟΔΟ.

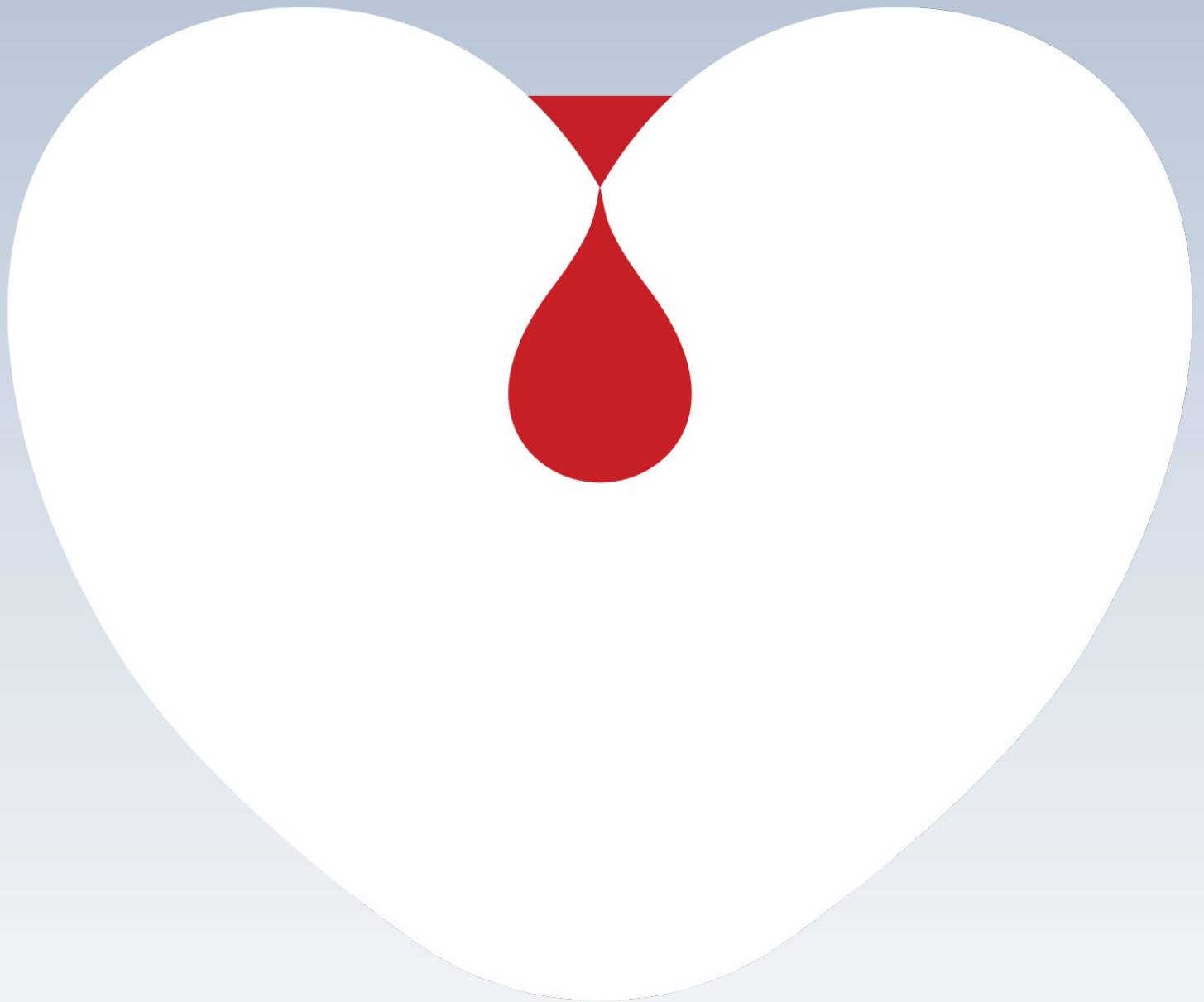
Φύλλο Εκπαιδευτικού

Οδηγίες

Διάβασε προσεκτικά τις παρακάτω φράσεις και σημείωσε ένα ✓ σε αυτές που είναι σωστές και ένα X σε αυτές που είναι λανθασμένες.



| Ερωτήσεις | Σωστό | Λάθος |
|---|-------|-------|
| Η περίοδος είναι μια ένδειξη ότι ένα κορίτσι μπήκε στην εφηβεία. | ✓ | |
| Για όλα τα κορίτσια η περίοδος ξεκινά για πρώτη φορά στα 12 χρόνια. | | X |
| Το κάθε σώμα ωριμάζει με τον δικό του ρυθμό. | ✓ | |
| Από την εφηβεία μέχρι την εμμηνόπαυση, η μήτρα αποβάλλει την εσωτερική της επένδυση (ενδομήτριο) περίπου κάθε μήνα. Αυτό είναι η περίοδος. | ✓ | |
| Αν το ωάριο γονιμοποιηθεί, η εσωτερική επένδυση της μήτρας είναι πολύ χρήσιμη και δεν αποβάλλεται ως περίοδος. | ✓ | |
| Η περίοδος αποβάλλεται από τις σάλπιγγες. | | X |
| Η περίοδος μπορεί να εμφανίζεται κάθε 21 έως 45 ημέρες και αυτό το διάστημα ονομάζεται εμμηνορρυσιακός κύκλος. | ✓ | |
| Ο κύκλος μπορεί να είναι ακανόνιστος (δηλαδή μεγαλύτερος από 45 ημέρες ή μικρότερος από 21 ημέρες) τα δύο πρώτα χρόνια μετά την έναρξη της πρώτης περιόδου (εμμηναρχή). | ✓ | |
| Η περίοδος έχει την ίδια διάρκεια σε όλα τα κορίτσια. | | X |
| Οι πόνοι της περιόδου είναι κράμπες, αποτέλεσμα των συσπάσεων της μήτρας. | ✓ | |



ΣΤΟ ΣΩΜΑ ΣΟΥ

ΡΙΣΠΕΚΤ!

ΜΙΛΑΜΕ ΑΝΟΙΧΤΑ ΓΙΑ ΤΗΝ ΠΕΡΙΟΔΟ.