

ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΠΑΙΔΕΙΑΣ, ΠΟΛΙΤΙΣΜΟΥ, ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ ΚΑΙ ΝΕΟΛΑΙΑΣ
ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ ΜΕΣΗΣ ΓΕΝΙΚΗΣ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ

ΓΡΑΠΤΗ ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ ΤΕΤΡΑΜΗΝΩΝ 2020-2021

Β΄ ΤΑΞΗΣ ΛΥΚΕΙΟΥ

ΔΕΥΤΕΡΑ 7 ΙΟΥΝΙΟΥ 2021

ΕΞΕΤΑΖΟΜΕΝΟ ΜΑΘΗΜΑ: ΟΙΚΙΑΚΗ ΟΙΚΟΝΟΜΙΑ (Α΄ ΣΕΙΡΑ)

ΚΩΔΙΚΟΣ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ: Β042

ΣΥΝΟΛΙΚΗ ΔΙΑΡΚΕΙΑ ΓΡΑΠΤΗΣ ΕΞΕΤΑΣΗΣ ΟΙΚΙΑΚΗΣ ΟΙΚΟΝΟΜΙΑΣ: 90 Λεπτά

ΟΔΗΓΟΣ ΔΙΟΡΘΩΣΗΣ

ΕΙΚΟΣΙ ΜΙΑ (21) ΣΕΛΙΔΕΣ

ΟΔΗΓΙΕΣ

(για τους διορθωτές)

1. Στο τετράδιο απαντήσεων του μαθητή **δεν** αναγράφεται οτιδήποτε (αριθμοί, σύμβολα).
2. Στο εξώφυλλο του τετραδίου απαντήσεων του μαθητή, μέσα στο πλαίσιο του βαθμολογητή, αναγράφεται **ο συνολικός βαθμός της κάθε ερώτησης** στο αντίστοιχο κελί. Θα βαθμολογηθούν δεκατέσσερις (14) ερωτήσεις (δέκα (10) ερωτήσεις του Μέρους Α΄ και τέσσερις (4) ερωτήσεις του Μέρους Β΄).
3. Στον υφιστάμενο οδηγό διόρθωσης συμπεριλαμβάνεται βοηθητικό έντυπο καταχώρησης βαθμολογίας, για προαιρετική χρήση.

ΜΕΡΟΣ Α΄: Αποτελείται από δέκα (10) ερωτήσεις.

Η κάθε ερώτηση βαθμολογείται με έξι (6) μονάδες.

Ερώτηση 1

- i. Σακχαρόζη
- ii. Άμυλο
- iii. Γλυκογόνο
- iv. Γλυκόζη
- v. Λακτόζη
- vi. Φρουκτόζη

(σελ. 195)

(6X1=6)

ΣΥΝΟΛΟ ΜΟΝΑΔΩΝ 6

Ερώτηση 2

(α) Τρεις (3) ψυχοκοινωνικές επιπτώσεις μιας εφηβικής ανεπιθύμητης εγκυμοσύνης είναι:

- να εγκαταλείψουν το σχολείο.
- να καταφύγουν σε ένα βιαστικό και πρόωρο γάμο, ο οποίος με τη σειρά του έχει μεγαλύτερες πιθανότητες να καταλήξει σε διαζύγιο.
- να τύχουν εκμετάλλευσης.
- να βιώσουν αισθήματα φόβου, αμηχανίας καθώς και τον κοινωνικό αποκλεισμό.

(σελ. 132)

(3X1=3)

(β) Τρεις (3) προϋποθέσεις κάτω από τις οποίες επιτρέπεται η **άμβλωση** στην Κύπρο, σύμφωνα με τον Ποινικό Κώδικα είναι:

- Σοβαρός κίνδυνος για τη ζωή της μητέρας.
- Σοβαρός κίνδυνος για διατάραξη της φυσικής και πνευματικής υγείας της μητέρας.
- Ιατρική διάγνωση ότι το παιδί που θα γεννηθεί θα πάσχει από σοβαρή αναπηρία ή από ανίατη ασθένεια.
- Το κυοφορούμενο παιδί να είναι αποτέλεσμα βιασμού ή αιμομιξίας.

(σελ. 132)

(3X1=3)

ΣΥΝΟΛΟ ΜΟΝΑΔΩΝ 6

Ερώτηση 3

Τρεις (3) κατηγορίες μεθόδων αντισύλληψης – ένα (1) παράδειγμα για την κάθε κατηγορία:

- Μέθοδοι φραγμού ή μηχανικοί τρόποι αντισύλληψης
 - Ανδρικό προφυλακτικό
 - Γυναικείο προφυλακτικό
 - Διάφραγμα
 - Ενδομήτριο σπείραμα
 - Κολπικοί σπύγγοι
 - Σπερματοκτόνα κολπικά εκθέματα
- Ορμονική αντισύλληψη
 - Αντισυλληπτικό χάπι
 - Ενέσιμα αντισυλληπτικά
 - Εμφυτεύματα
 - Διαδερμικά αυτοκόλλητα
 - Κολπικό δακτύλιο
- Φυσικές μέθοδοι
 - Μέθοδος του ρυθμού
 - Μέθοδος διακεκομμένης συνουσίας
 - Αποχή
- Μόνιμες μέθοδοι (στείρωση)
 - Χειρουργική διαδικασία (οι αγωγοί που είναι υπεύθυνοι για την παραγωγή σπέρματος στον άντρα και ωαρίων στη γυναίκα αποκόπτονται και δένονται).

(σελ. 128 – 129)

(3X1=3 για την κατηγορία) και (3X1=3 για το παράδειγμα)

ΣΥΝΟΛΟ ΜΟΝΑΔΩΝ 6

Ερώτηση 4

(α) Τρεις (3) κατηγορίες ατόμων που αποτελούν τους «σημαντικούς άλλους» στη ζωή ενός ανθρώπου είναι:

- Οικογένεια (μητέρα, πατέρας, κηδεμόνες, αδέρφια, μέλη της ευρύτερης οικογένειας)
- Κοινωνικό περιβάλλον (φίλοι, συνομήλικοι)
- Σχολείο (εκπαιδευτικοί/δάσκαλοι, συμμαθητές)

(σελ. 19-20)

(3X1=3)

(β) Δηλώσεις οι οποίες ανταποκρίνονται στην **έννοια της αυτοεκτίμησης**.

ii. Νιώθω άσχημα που τα μαλλιά μου είναι πολύ σγουρά.

iii. Είμαι ευχαριστημένος/η με την επίδοσή μου στο πρώτο τετράμηνο, παρόλο που οι βαθμοί μου είναι μέτριοι.

vi. Νιώθω πολύ τυχερός/η για το ύψος μου.

(σελ. 18)

(3X1=3)

ΣΥΝΟΛΟ ΜΟΝΑΔΩΝ 6

Ερώτηση 5

(α) Τρεις (3) λόγοι για τους οποίους συστήνεται η κατανάλωση τροφών πλούσιων σε φυτικές ίνες είναι:

- Βοηθούν στο αίσθημα του κορεσμού
- Βοηθούν στην καλή λειτουργία του εντέρου
- Βοηθούν στην καταπολέμηση της δυσκοιλιότητας
- Βοηθούν στη μείωση της πιθανότητας εμφάνισης καρκίνου του παχέος εντέρου, των αιμορροΐδων και των εκκολπωμάτων
- Βοηθούν στη μείωση της χοληστερόλης στο αίμα.
- Δεσμεύουν τη χοληστερόλη, αντί να την αφήσουν να απορροφηθεί από το έντερο και να μπει στην κυκλοφορία και έτσι αποβάλλεται από τον οργανισμό με τα κόπρανα.
- Προστατεύουν από τον διαβήτη
- Βοηθούν στον έλεγχο των επιπέδων της γλυκόζης στο αίμα
- Συμβάλλουν στην αργή και προοδευτική απορρόφηση των υδατανθράκων από το έντερο στο αίμα, με αποτέλεσμα να μην αυξάνονται απότομα τα επίπεδα της γλυκόζης αίματος.

(σελ. 196)

(3X1=3)

(β) Τρία (3) είδη τροφίμων πλούσια σε φυτικές ίνες είναι:

- Δημητριακά ολικής άλεσης
- Φρούτα
- Λαχανικά
- Όσπρια
- Ξηροί καρποί

(σελ. 196)

(3X1=3)

ΣΥΝΟΛΟ ΜΟΝΑΔΩΝ 6

Ερώτηση 6

(α και β)

Τρεις (3) παράγοντες που επηρεάζουν την υγεία - **Ένα (1)** παράδειγμα για κάθε παράγοντα:

1. **Συνθήκες ζωής:** π.χ. ισορροπημένη διατροφή, φυσική άσκηση, κάπνισμα, χρήση εθιστικών ουσιών (π.χ. αλκοόλ, ναρκωτικά), παχυσαρκία/λιποσαρκία, τακτικές ιατρικές εξετάσεις, ατομική υγιεινή, ικανοποιητικός χρόνος ύπνου, αρνητικές συμπεριφορές (π.χ. μη χρήση ζώνης και κράνους, σεξουαλική επαφή χωρίς προφυλάξεις)
2. **Βιολογικοί:** π.χ. ηλικία, φύλο, κληρονομικά χαρακτηριστικά, προδιάθεση για κάποιες ασθένειες.
3. **Περιβαλλοντικοί:** σχετίζονται με την επίδραση που διαδραματίζει η προστασία ή η μη προστασία του φυσικού περιβάλλοντος, π.χ. αύξηση πληθυσμού, εκμετάλλευση φυσικών πόρων, μειωμένη διαθέσιμη ποσότητα νερού ή/και διοξειδίου του άνθρακα, συγκέντρωση τοξικών ουσιών, φυσικές καταστροφές, αλόγιστη χρήση των πόρων, μη ασφαλές πόσιμο νερό, αποχέτευση και συνθήκες υγιεινής (κατοικία, εργασία, ευρύτερο περιβάλλον)
4. **Άμεσο περιβάλλον:** π.χ. κατοικία, εργασία, διάθεση και ποιότητα των υπηρεσιών υγείας, εκπαίδευση.
5. **Κοινωνικο-οικονομικοί:** π.χ. βιοτικό επίπεδο, εργασιακή και εκπαιδευτική κατάσταση μίας χώρας, κοινωνικό στρες, οικονομικές και κοινωνικές ανισότητες, κοινωνικός αποκλεισμός και συνεπακόλουθά του, συνθήκες διαβίωσης στα πρώτα χρόνια της ζωής, ποιότητα των συγκοινωνιών, ενσωμάτωση της παγκόσμιας οικονομίας, των οικονομικών αγορών και του εμπορίου, δυνατότητα πρόσβασης στα μέσα και στην τεχνολογία επικοινωνιών.

(σελ. 8)

(3X1=3 για την αναφορά του παράγοντα) και (3X1=3 για το παράδειγμα)

ΣΥΝΟΛΟ ΜΟΝΑΔΩΝ 6

Ερώτηση 7

(α) Δύο (2) χαρακτηριστικά της Μεσογειακής Δίαιτας είναι:

- Καθημερινή κατανάλωση φρούτων και λαχανικών.
- Καθημερινή κατανάλωση σύνθετων υδατανθράκων, π.χ. ολοσίταρο ψωμί, πλιγούρι.
- Μεγάλη κατανάλωση οσπρίων (σχεδόν καθημερινά).
- Το ελαιόλαδο ως το βασικό λίπος της Μεσογειακής Δίαιτας.
- Κατανάλωση άπαχου κόκκινου κρέατος, μόνο μερικές φορές τον μήνα ή λίγο συχνότερα, σε μικρές ποσότητες.
- Μέτρια κατανάλωση άλλων τροφών ζωικής προέλευσης, όπως γαλακτοκομικά προϊόντα, με εξαίρεση το τυρί και το γιαούρτι, τα οποία μπορούν να καταναλώνονται καθημερινά.
- Κατανάλωση ψαριού και πουλερικών μερικές φορές την εβδομάδα.
- Κατανάλωση κρασιού με μέτρο (κυρίως με τα γεύματα).
- Συστηματική φυσική άσκηση.

(σελ. 244)

(2X1=2)

(β) Χαρακτηρισμός δηλώσεων ως **Σωστό** ή **Λάθος**

- i. Λάθος
- ii. Λάθος
- iii. Λάθος
- iv. Σωστό

(4X1=4)

ΣΥΝΟΛΟ ΜΟΝΑΔΩΝ 6

Ερώτηση 8

(α) Δύο (2) θετικές επιδράσεις της διαφήμισης είναι:

- Ενημέρωση του κοινού για κάθε νέο -και όχι μόνο- καταναλωτικό προϊόν.
- Οι καταναλωτές, ιεραρχώντας τις ανάγκες τους, αγοράζουν ανάλογα με το τι τους συμφέρει.
- Υγιής συναγωνισμός μεταξύ εταιρειών, που οδηγεί σε βελτίωση της ποιότητας των προϊόντων και σταθεροποίηση τιμών.
- Εξοικονόμηση χρόνου για τον καταναλωτή.
- Μερική αντιμετώπιση ανεργίας, αφού προσφέρονται θέσεις εργασίας σε αρκετούς ανθρώπους.
- Ανάπτυξη εμπορίου.

(σελ. 291)

(2X1=2)

(β) Δύο (2) τεχνικές διαφήμισης που χρησιμοποιούν οι διαφημιστικές εταιρείες για να πείσουν τον καταναλωτή να αγοράσει το προϊόν που προσφέρουν είναι:

- Ορισμένες διαφημίσεις υποστηρίζουν ότι βασίζονται σε επιστημονικά στοιχεία, χωρίς κάποτε να έχουν κανένα νόημα αυτά τα στοιχεία.
- Συχνά, γνωστές προσωπικότητες δηλώνουν σε διαφημίσεις ότι καταναλώνουν ένα προϊόν.
- Κάποιες διαφημίσεις προσπαθούν να πείσουν τον καταναλωτή ότι το προϊόν τους θα μεταφέρει τα καλά χαρακτηριστικά που έχει ο φανταστικός ήρωας της διαφήμισης, π.χ. όμορφος, πλούσιος, με αθλητικό σώμα.
- Προσφορά δώρου με την αγορά του προϊόντος.
- Παρουσίαση μόνο των θετικών χαρακτηριστικών του προϊόντος και απόκρυψη των αρνητικών.
- Πολλές διαφημίσεις προσπαθούν να συσχετίσουν το παρελθόν και τη νοσταλγία των καλών εποχών με τα προϊόντα τους.
- Με τη χρήση μουσικής ή εικόνας (οπτικά και ακουστικά) αποσπάται η προσοχή του καταναλωτή.
- Οι διαφημίσεις με χιούμορ δεν ξεχνιούνται εύκολα, με αποτέλεσμα την αγορά του προϊόντος.

(σελ. 293)

(2X1=2)

(γ) Ένας (1) άλλος παράγοντας εκτός από τη διαφήμιση που επηρεάζει την καταναλωτική συμπεριφορά του ατόμου είναι:

(μπορούν να γίνουν δεκτά και παραδείγματα)

- **Δημογραφικός παράγοντας.** Άτομα τα οποία προέρχονται από διαφορετικές χώρες ή πόλεις έχουν διαφορετικές καταναλωτικές συνήθειες. Για παράδειγμα, άλλες καταναλωτικές συνήθειες έχει κάποιος που ζει σε ένα χωριό και άλλες εκείνος που ζει στην πόλη ή, ακόμη, διαφορετικές είναι οι καταναλωτικές αποφάσεις ενός ευρωπαίου από ενός αμερικανού.
- **Ο βιολογικός παράγοντας.** Η καταναλωτική συμπεριφορά του ατόμου εξαρτάται από βιολογικούς παράγοντες, όπως είναι ηλικία και το φύλο. Ο βιολογικός κύκλος του ανθρώπου μπορεί να διακριθεί στα παρακάτω στάδια: 1^ο στάδιο, παιδιά μέχρι 14 ετών. Τα άτομα αυτά μπορεί να μην αποτελούν αγοραστές, αλλά μπορούν να επηρεάσουν τη συμπεριφορά των αγοραστών.

2^ο στάδιο (νέοι καταναλωτές), ηλικίας 15-17 ετών. Οι προτιμήσεις των ατόμων που ανήκουν σε αυτή την κατηγορία επηρεάζουν τις πωλήσεις ορισμένων προϊόντων.

3^ο στάδιο, άτομα ηλικίας 18-34 ετών. Αυτή η κατηγορία των καταναλωτών μπορεί να χωριστεί σε υποκατηγορίες, όπως είναι οι ανύπαντροι, οι νιόπαντροι χωρίς παιδιά και οι νιόπαντροι με παιδιά.

4^ο στάδιο, άτομα ηλικίας 35-54 ετών. Και σε αυτό το στάδιο υπάρχουν υποκατηγορίες, όπως οι γονείς με παιδιά που μένουν μαζί τους και οι γονείς που μένουν μόνοι τους, γιατί τα παιδιά έχουν φύγει.

5^ο στάδιο, άτομα ηλικίας 55 ετών και άνω.

Σε αυτό το σημείο πρέπει να σημειωθεί ότι ο διαχωρισμός αυτός του βιολογικού κύκλου δεν είναι ο μοναδικός.

- **Ο οικονομικός παράγοντας.** Το σημερινό και το μελλοντικό διαθέσιμο προσωπικό (ή οικογενειακό) εισόδημα του καταναλωτή, καθώς και η γενικότερη οικονομική συγκυρία επηρεάζουν τη συμπεριφορά του καταναλωτή. Όσο μεγαλύτερο είναι το διαθέσιμο εισόδημά του τόσο μεγαλύτερη, συνήθως, είναι και η κατανάλωσή του. Πολλές φορές έχει διαπιστωθεί ότι ορισμένοι καταναλωτές δανείζονται για να αγοράσουν διάφορα καταναλωτικά αγαθά, όταν το διαθέσιμο εισόδημά τους δεν επαρκεί. Αυτό συμβαίνει γιατί προσδοκούν ότι στο μέλλον το διαθέσιμο εισόδημά τους θα αυξηθεί, με αποτέλεσμα να είναι σε θέση να αποπληρώνουν το δάνειο το οποίο έχουν πάρει. Ένας άλλος οικονομικός παράγοντας που επηρεάζει την κατανάλωση είναι το σύνολο των περιουσιακών στοιχείων ενός νοικοκυριού, αλλά και η μορφή που έχουν αυτά τα περιουσιακά στοιχεία. Για παράδειγμα, ένας καταναλωτής που έχει τα περιουσιακά του στοιχεία σε μετρητά, μπορεί να τα χρησιμοποιήσει πιο εύκολα για αγορά καταναλωτικών αγαθών από κάποιον που έχει τα περιουσιακά του στοιχεία σε ακίνητα.
- **Ο πολιτιστικός παράγοντας**, όπως είναι η κουλτούρα (η μόρφωση) που διαθέτει κάθε άτομο. **Ο πολιτισμός είναι ένα σύνολο ιδεών, αξιών, συνηθειών, πεποιθήσεων και στάσεων**, που διαδραματίζουν σημαντικό ρόλο στην ανάπτυξη της προσωπικότητας του ατόμου και επηρεάζουν την ανθρώπινη συμπεριφορά. Ο πολιτισμός διαδίδεται με την πάροδο του χρόνου και μεταφέρεται από γενιά σε γενιά. Η κάθε χώρα έχει τον δικό της πολιτισμό, τη δική της κουλτούρα. Διαφορετική είναι η κουλτούρα και, συνεπώς, η καταναλωτική συμπεριφορά ενός νέου που μεγαλώνει στην Κύπρο, από την κουλτούρα κάποιου νέου που μεγαλώνει σε μια άλλη χώρα. Αυτό συμβαίνει γιατί **τα άτομα έχουν**

διαφορετικό τρόπο ζωής, διαφορετικές ιδέες, αξίες, συνήθειες, θρησκεία και παραδόσεις.

- **Ο κοινωνικός παράγοντας**, στην οποία ανήκει κάθε άτομο. Είναι γνωστό ότι το άτομο δεν ζει μόνο του, αλλά **αποτελεί μέλος μιας ευρύτερης κοινωνικής ομάδας. Προκειμένου το άτομο να συνεχίσει να είναι μέλος της κοινωνικής ομάδας που ανήκει, υιοθετεί, σε κάποιον βαθμό, ορισμένες καταναλωτικές συνήθειες και πρότυπα της ομάδας αυτής.** Μια από τις βασικότερες αλλά και μεγαλύτερες κοινωνικές ομάδες είναι η οικογένεια. Η οικογένεια από την οποία προέρχεται, αλλά και η οικογένεια που δημιουργεί το άτομο, παίζουν σημαντικό ρόλο, αφού ο καταναλωτής επηρεάζεται άμεσα από το κοντινό του περιβάλλον. Άλλες ομάδες, εκτός από την οικογένεια, είναι το φιλικό περιβάλλον, η γειτονιά όπου μεγαλώνει ή μένει, οι συνάδελφοι στον χώρο εργασίας, τα εργατικά συνδικάτα κ.ά.

Η κοινωνική τάξη στην οποία ένα άτομο ανήκει, καθορίζεται, συνήθως, από το μέγεθος του εισοδήματος, το επάγγελμα, τη μόρφωση, το μέγεθος- τον τύπο κατοικίας κ.ά. Ειδικότερα, το επάγγελμα παίζει σημαντικό ρόλο, καθώς έχει διαπιστωθεί ότι οι καταναλωτικές ανάγκες διαφοροποιούνται ανάλογα με το επάγγελμα. Επίσης, σημαντικό ρόλο διαδραματίζει και η επαγγελματική αποκατάσταση του ατόμου. Όταν ο καταναλωτής απασχολείται και αμείβεται στην αγορά εργασίας σύμφωνα με τις δυνατότητές του, τότε έχει και τη δυνατότητα να αγοράσει τα αγαθά εκείνα που ικανοποιούν τις ανάγκες του.

- **Ο ψυχολογικός παράγοντας**, η αντίληψη και η στάση που έχει το άτομο για τη ζωή. Οι καταναλωτές αγοράζουν διάφορα αγαθά, για να καλύψουν κάποιες ανάγκες τις οποίες θεωρούν σημαντικές. Οι ανάγκες αυτές, σύμφωνα με τον ψυχολόγο Αβραάμ Μάσλοου (1943), κατά σειρά σπουδαιότητας, είναι: οι βιολογικές ανάγκες, οι ανάγκες ασφάλειας, οι κοινωνικές ανάγκες (αγάπη, αφοσίωση), οι ανάγκες υπόληψης (αναγνώριση των μελών της οικογένειας και της κοινότητας όπου ανήκει το άτομο) και οι ανάγκες αυτοπραγμάτωσης (ατομική βελτίωση και αναγνώριση).

Συνήθως, τα άτομα επιλέγουν να καλύψουν πρώτα ανάγκες που έχουν να κάνουν με τη βιολογική τους επιβίωση, δηλαδή πείνα, δίψα κ.τ.λ. και στη συνέχεια όλες τις υπόλοιπες. Όσες περισσότερες ανάγκες ικανοποιεί ο καταναλωτής τόσο βελτιώνεται το βιοτικό του επίπεδο και η ευημερία του.

- **Η τεχνολογική εξέλιξη**

Η ανάπτυξη της τεχνολογίας η οποία χαρακτηρίζεται από την αυτοματοποίηση παραγωγής προϊόντων, τη μαζική παραγωγή, την ποικιλία και ελκυστικότητα προϊόντων, καθώς και το χαμηλό κόστος των προϊόντων επηρεάζει τη συμπεριφορά των καταναλωτών.

- **Οι πολιτικές συνθήκες**

Οι καταναλωτές συμπεριφέρονται διαφορετικά, ανάλογα με τις πολιτικές συνθήκες που επικρατούν. Για παράδειγμα, **οι καταναλωτές θα αγοράσουν διαφορετικά προϊόντα σε περίπτωση πολέμου και διαφορετικά σε περίπτωση ειρήνης.**

- **Τα φυσικά φαινόμενα**

Οι αποφάσεις των καταναλωτών επηρεάζονται από τα εκάστοτε φυσικά φαινόμενα, π.χ. **ανομβρία, παγετώνες ή πλημύρες.**

(σελ. 269-271)

(1X2=2, 1 μονάδα για την αναφορά του παράγοντα + 1 μονάδα για την επεξήγηση)

ΣΥΝΟΛΟ ΜΟΝΑΔΩΝ 6

Ερώτηση 9

(α) Τέσσερις (4) υποχρεωτικές πληροφορίες που πρέπει να αναγράφονται στη συσκευασία προϊόντων είναι:

- Ονομασία προϊόντος
- Ποσότητα/Βάρος
- Κατάλογος συστατικών
- Διατήρηση (ημερομηνία λήξης/ανάλωση κατά προτίμηση πριν από κλπ)
- Παραγωγός/Εισαγωγέας
- Συνθήκες διατήρησης και οδηγίες χρήσης
- Βιολογικό (βιολογικό ή οργανικό προϊόν)
- Διατροφικές πληροφορίες
- Διατροφικοί ισχυρισμοί (χαμηλό σε λιπαρά, διαιτητικό, χωρίς επιπρόσθετη ζάχαρη κλπ)
- Προέλευση
- Ενδεικτικές Ημερήσιες Προσλήψεις (GDAs)
- Ραβδωτός κώδικας

(σελ. 280-281)

(4X1=4)

(β) Η ένδειξη CE που βρίσκεται στη συσκευασία διαφόρων προϊόντων, όπως παιχνίδια και ηλεκτρικές συσκευές, πιστοποιεί ότι το προϊόν συμμορφώνεται με τις **απαιτήσεις ασφάλειας** που ορίζονται από την **ευρωπαϊκή νομοθεσία**.

(σελ. 272)

(1X2=2)

ΣΥΝΟΛΟ ΜΟΝΑΔΩΝ 6

Ερώτηση 10

(α) Δύο (2) παραδείγματα που επιβεβαιώνουν την ύπαρξη έμφυλων νορμών στην κοινωνία είναι:

- Τα αγόρια είναι πιθανότερο να επικροτούνται αν παίζουν με αυτοκινητάκια ή εργαλεία.
- Τα κορίτσια παροτρύνονται πολύ περισσότερο να παίζουν με κούκλες και να φροντίζουν την εμφάνισή τους.
- Οι άνδρες εξασκούν «ανδρικά» επαγγέλματα και οι γυναίκες «γυναικεία» επαγγέλματα.
- Οι γυναίκες φορούν μόνο φορέματα ή φούστες και όχι παντελόνια.
- Οι άνδρες δεν φορούν χρωματιστά ρούχα κλπ.
- Άλλα παραδείγματα που επιβεβαιώνουν την ύπαρξη έμφυλων νορμών στην κοινωνία

(σελ. 74-75)

(2X1.5=3)

(β) Δύο (2) συμπεριφορές που παρουσιάζονται σε μια συντροφική σχέση, οι οποίες αποτελούν ενδείξεις ότι στη σχέση αυτή πιθανόν να διαπράττεται βία είναι:

1. Κυριαρχία και έλεγχος του άλλου ατόμου, των δραστηριοτήτων του (πού πάει, με ποια άτομα, τι ώρα γυρνάει, κ.λπ.), των σχέσεων/φίλων του
2. Πίεση για να γίνει μια δραστηριότητα
3. Υπερβολική ζήλια και κτητικότητα
4. Βρισιές και περιφρονητικά, υποτιμητικά σχόλια
5. Απειλές
6. Εκφοβισμός
7. Σπρωξίματα, χτυπήματα, περιορισμός του ατόμου παρά τη θέλησή του
8. Εξαναγκασμός σε σεξουαλικές πράξεις ή αγγίγματα ή σεξουαλικά υποτιμητικά σχόλια.

(σελ. 77)

(2X1.5=3)

ΣΥΝΟΛΟ ΜΟΝΑΔΩΝ 6

ΜΕΡΟΣ Β΄: Αποτελείται από τέσσερις (4) ερωτήσεις.

Η κάθε ερώτηση βαθμολογείται με δέκα (10) μονάδες.

Ερώτηση 11 (Ερώτηση 1 Μέρους Β΄)

(α)

- i. **Το ποσοστό** που καταλαμβάνει ο βασικός μεταβολισμός στον υπολογισμό των ενεργειακών αναγκών είναι **60% - 65%**.

(σελ. 168)

(1X1=1)

- ii. **Τρεις (3) βασικές ζωτικές λειτουργίες** του οργανισμού των οποίων η εκτέλεση απαιτεί ενέργεια είναι:

- Ο καρδιακός παλμός
- Η αναπνοή
- Η ρύθμιση και η διατήρηση της θερμοκρασίας του σώματος
- Η λειτουργία του μυϊκού συστήματος
- Η κυκλοφορία του αίματος
- Η λειτουργία του γαστρεντερικού σωλήνα κ.α.

(σελ. 168)

(3X1=3)

- iii. **Δύο (2) παράγοντες** που επηρεάζουν το βασικό μεταβολισμό – **επεξήγηση** κάθε παράγοντα:

- **Η ηλικία:** Ο βασικός μεταβολισμός **μειώνεται στους ενήλικες κατά 2-8% ανά δεκαετία ζωής και αυτό εξαιτίας, κυρίως, της απώλειας μυϊκής μάζας.** Ιδιαίτερα **αυξημένος είναι κατά την παιδική και εφηβική ηλικία,** κατά την οποία παρατηρείται η μέγιστη βιολογική και σωματική ανάπτυξη του ατόμου. Το γεγονός αυτό δικαιολογεί τις αυξημένες απαιτήσεις των εφήβων.
- **Η σύσταση του σώματος:** Ο **μυϊκός ιστός καίει περισσότερες θερμίδες από ό,τι ο λιπώδης ιστός.** Επομένως, ένα άτομο με μεγάλη ποσότητα μυών έχει και αυξημένο βασικό μεταβολισμό. Για τον λόγο αυτό, οι άντρες έχουν κατά μέσο όρο μεγαλύτερο βασικό μεταβολισμό από τις γυναίκες, καθώς φυσιολογικά έχουν περισσότερο μυϊκό ιστό σε σχέση με τις γυναίκες και κατά συνέπεια έχουν μεγαλύτερες ενεργειακές απαιτήσεις.

- **Το φύλο:** Οι άνδρες έχουν αυξημένο βασικό μεταβολισμό σε σχέση με τις γυναίκες, λόγω της σύστασης του σώματός τους.
- **Το βάρος:** Η αύξηση του σωματικού βάρους επιφέρει και αύξηση στον μεταβολισμό. Ένα βαρύτερο άτομο καίει περισσότερες θερμίδες από ένα ελαφρύτερο άτομο, γιατί χρειάζεται περισσότερη ενέργεια για να κινηθεί.
- **Η επιφάνεια του σώματος:** Ο βασικός μεταβολισμός αυξάνεται σε περιπτώσεις κατά τις οποίες υπάρχει μεγαλύτερη απώλεια θερμότητας από το σώμα. Κατά συνέπεια, άτομα με μεγαλύτερη επιφάνεια σώματος (π.χ. πιο ψηλά ή πιο εύσωμα άτομα) έχουν ψηλότερο βασικό μεταβολισμό.
- **Η ανάπτυξη:** Άτομα που βρίσκονται στην περίοδο της ανάπτυξής τους έχουν αυξημένο βασικό μεταβολισμό, καθώς πρέπει να καλύψουν τις ενεργειακές απαιτήσεις τους. Αύξηση του μεταβολισμού παρατηρείται και κατά την διάρκεια της εγκυμοσύνης για τον ίδιο λόγο.
- **Ο πυρετός:** Ο πυρετός αυξάνει τον βασικό μεταβολισμό. Για κάθε 1 βαθμό Κελσίου που αυξάνεται η θερμοκρασία του σώματός μας, ο βασικός μας μεταβολισμός αυξάνεται κατά 12%.
- **Το άγχος:** Οι ορμόνες που εκκρίνονται σε στιγμές άγχους-έντασης έχουν ως αποτέλεσμα την αύξηση του βασικού μεταβολισμού.
- **Η λιμοκτονία και ο υποσιτισμός:** Καταστάσεις όπως ο χρόνιος υποσιτισμός ή η νηστεία και οι εξαντλητικές δίαιτες προκαλούν μείωση του βασικού μεταβολισμού.
- **Η θερμοκρασία περιβάλλοντος:** Η προσαρμογή σε χαμηλές ή υψηλές θερμοκρασίες αυξάνει τον βασικό μεταβολισμό. Στις χώρες με ψυχρό κλίμα η κατανάλωση ενέργειας είναι μεγαλύτερη, σε ποσοστό 2% με 5%.
- **Τα επίπεδα θυροξίνης:** Οι ορμόνες που παράγονται από τον θυροειδή αδένα είναι οι κύριοι ρυθμιστές του μεταβολικού ρυθμού. Αυξημένα επίπεδα θυροξίνης στον οργανισμό (υπερθυροειδισμός) οδηγούν σε αύξηση του βασικού μεταβολισμού, σε αντίθεση με τα μειωμένα επίπεδα θυροξίνης (υποθυροειδισμός), τα οποία οδηγούν σε μείωση του βασικού μεταβολισμού.

(σελ. 168 – 169)

(2X1.5=3, 1 μονάδα για την αναφορά του παράγοντα+0.5 μονάδα για την αιτιολόγηση)

(β) Το σωματικό βάρος του Άρη **θα αυξηθεί** (θετικό ενεργειακό ισοζύγιο), καθώς η πρόσληψη ενέργειας (προσλαμβανόμενη ενέργεια) είναι μεγαλύτερη από τη δαπάνη ενέργειας (δαπανώμενη ενέργεια). Το πλεόνασμα της ενέργειας αποθηκεύεται στο σώμα με τη μορφή λίπους. Μεγάλα πλεονάσματα ενέργειας οδηγούν σε παχυσαρκία. (σελ.174)
(1X2=2, 1 μονάδα για την αύξηση του βάρους+1 μονάδα η επεξήγηση με τους σωστούς όρους)

(γ) Η **τρίτη παράμετρος** που επηρεάζει τις ενεργειακές ανάγκες του ατόμου εκτός από τον βασικό μεταβολισμό και τη φυσική δραστηριότητα είναι η **θερμογεννητική επίδραση των τροφών**.

(σελ. 168)

(1X1=1)

ΣΥΝΟΛΟ ΜΟΝΑΔΩΝ 10

Ερώτηση 12 (Ερώτηση 2 Μέρους Β')

(α) **Αυξημένη πρόσληψη πρωτεϊνών:**

- i. **Κορίτσι στην εφηβεία:** απαραίτητες για την ανάπτυξη του οργανισμού, την αύξηση της οστικής και μυϊκής μάζας.
- ii. **Γυναίκα που μόλις επιβεβαίωσε την εγκυμοσύνη της:** απαραίτητες για τη σύνθεση τόσο του μητρικού όσο και του εμβρυικού ιστού. Η πρόσθετη πρωτεΐνη χρησιμοποιείται για την ανάπτυξη του εμβρύου, της μήτρας, του πλακούντα, του όγκου του αίματος, του αμνιακού υγρού και των μητρικών σκελετικών μυών.
- iii. **Νεαρός άντρας που ασχολείται με τον στίβο:** ανάπτυξη και δημιουργία μυϊκής μάζας.

(σελ. 186)

(3X1=3)

(β)

- i. Ο διαχωρισμός σε «**ανώτερης ή υψηλής**» και «**κατώτερης ή μικρής**» **βιολογικής αξίας πρωτεϊνών** γίνεται με βάση τα αμινοξέα που περιέχουν. Οι πρωτεΐνες ανώτερης ή υψηλής βιολογικής αξίας περιέχουν τα απαραίτητα αμινοξέα στη σωστή αναλογία που απαιτείται από τον ανθρώπινο οργανισμό. Οι πρωτεΐνες μικρής ή κατώτερης βιολογικής αξίας περιέχουν αμινοξέα (ένα ή περισσότερα) σε πολύ μικρή ποσότητα.

(σελ. 184)

(1X1=1)

- ii. **Δύο (2) τροφές** που περιέχουν πρωτεΐνες **ανώτερης ή υψηλής βιολογικής αξίας** είναι: κρέας, πουλερικά, ψάρια, αυγά, γάλα, γιαούρτι, σόγια και τα παράγωγα της.

Δύο (2) τροφές που περιέχουν πρωτεΐνες **κατώτερης ή μικρής βιολογικής αξίας** είναι: όσπρια, δημητριακά, ξηροί καρποί, σπόροι, λαχανικά.

(σελ. 184)

(4X0.5=2)

- iii. **Συμπληρωματικές πρωτεΐνες** ονομάζονται δύο πρωτεΐνες μικρής ή κατώτερης βιολογικής αξίας όταν συνδυάζονται μεταξύ τους. Ο συνδυασμός αυτός (φυτικών πρωτεϊνών) δίνει πρωτεΐνη υψηλής ή ανώτερης βιολογικής αξίας.

(1X1=1)

Ένα (1) παράδειγμα γεύματος είναι:

- Φακές με ρύζι
- Λουβιά με ψωμί
- Φασόλια με πατάτα
- Ψωμί με χούμους

(σελ. 185)

(1X1=1)

(γ) **Δύο (2) επιπτώσεις** από την υπερκατανάλωση πρωτεϊνών στον οργανισμό είναι:

- Αύξηση του ποσοστού λίπους στον οργανισμό
- Πρόβλημα στα νεφρά
- Πρόβλημα στο συκώτι
- Απώλεια οστικής μάζας
- Κέτωση (συσσώρευση κετονών στο σώμα)

(σελ. 188)

(2X1=2)

ΣΥΝΟΛΟ ΜΟΝΑΔΩΝ 10

Ερώτηση 13 (Ερώτηση 3 Μέρους Β')

(α) **Δύο (2) βιοσωματικά χαρακτηριστικά** που καλύπτονται από τη σεξουαλική ωρίμανση των εφήβων είναι:

- Οι ενδοκρινείς αδένες και ιδιαίτερα η υπόφυση, τα επινεφρίδια και οι γεννητικοί αδένες, παρουσιάζουν μια αρκετά έντονη δραστηριότητα, της οποίας η σπουδαιότερη συνέπεια είναι η **σταδιακή ωρίμανση των οργάνων αναπαραγωγής** που αποτελεί και το κύριο χαρακτηριστικό της εφηβικής ηλικίας.
- Παρατηρείται αύξηση των διαστάσεων του σώματος.
- Εμφάνιση πρωτογενών και δευτερογενών χαρακτηριστικών του φύλου.

(σελ. 30)

(2X1=2)

Δύο (2) ψυχοκοινωνικά χαρακτηριστικά που καλύπτονται από τη σεξουαλική ωρίμανση των εφήβων είναι:

- Πολλές φορές, οι έφηβοι νιώθουν πως θέλουν να κυριαρχήσουν στο περιβάλλον τους, αμφιβάλλουν και αμφισβητούν, θέλουν να καταρρίψουν δομές, κάνουν όνειρα και τα θέλουν όλα άμεσα.
- Η διαφοροποίηση που εσωτερικά νιώθουν, αφού πια δεν είναι ούτε παιδιά, ούτε οργανωμένοι ενήλικες, τους δημιουργούν ένα περιβάλλον σύγκρουσης καθώς ψάχνει την ταυτότητά τους. Αυτό μπορεί να εκφραστεί είτε με απόσυρση (νιώθουν πως δεν τους κατανοεί κανείς, δε βρίσκουν ενδιαφέρον σε τίποτα), είτε με επιθετική συμπεριφορά (δεν αναγνωρίζουν τίποτα και κανέναν). Οι έφηβοι, μέσα από συγκρούσεις, κυρίως με το γονεϊκό περιβάλλον, προσπαθούν να ισχυροποιήσουν το δικό τους Εγώ.
- Εκκρίνονται νέες ορμόνες που αυξάνουν τη σεξουαλική έλξη.
- Η ψυχική διάθεση των εφήβων χαρακτηρίζεται από διακυμάνσεις, αστάθεια και ένταση.

(σελ. 30)

(2X1=2)

(β) Τρεις (3) από τους παράγοντες που συνθέτουν την σεξουαλικότητα είναι:

- Βιολογικό φύλο
- Κοινωνική ταυτότητα φύλου
- Σεξουαλικός προσανατολισμός
- Σεξουαλική συμπεριφορά
- Σεξουαλική έκφραση

(3X1=3)

Επεξήγηση ενός (1) παράγοντα είναι:

- **Βιολογικό φύλο:** Είναι η βιολογική διάσταση της σεξουαλικότητας, η οποία **περιλαμβάνει τα φυσικά/βιολογικά χαρακτηριστικά που έχουν εκ γενετής οι άνδρες και οι γυναίκες**. Οι γενετικές, οι ορμονικές και οι ανατομικές διαφορές ανάμεσα στα φύλα περιγράφονται δηλαδή με τον όρο “βιολογικό φύλο”. Σε κάποιες σπάνιες περιπτώσεις γεννιούνται άτομα με ποικίλες διαφοροποιήσεις των χαρακτηριστικών φύλου (π.χ. διαφοροποιήσεις των εξωτερικών γεννητικών οργάνων, των εσωτερικών αναπαραγωγικών οργάνων, των χρωμοσωμάτων ή των ορμονών που σχετίζονται με το φύλο). Ο όρος ίντερσεξ αντιπροσωπεύει το φάσμα της αυτής της ποικιλομορφίας των χαρακτηριστικών φύλου.

- Κοινωνική ταυτότητα φύλου:** Είναι οι ρόλοι, τα χαρακτηριστικά, οι προσδοκίες και οι ευθύνες που ανατίθενται στους άνδρες και στις γυναίκες από την κοινωνία και είναι κοινωνικά κατασκευασμένα. Η κοινωνία στο σύνολό της στέλνει μηνύματα για τα χαρακτηριστικά και τους ρόλους των ατόμων βάσει του βιολογικού τους φύλου. Κανένα άτομο δεν γεννιέται γνωρίζοντας πώς πρέπει να δείχνει, να ντύνεται, να μιλάει, να συμπεριφέρεται ή να σκέφτεται. Η κοινωνικοποίηση των ατόμων επηρεάζεται από την οικογένεια, τα συνομήλικα άτομα, την κοινότητα, τα μέσα μαζικής ενημέρωσης καθώς κι από άλλους παράγοντες όπως την κουλτούρα, τη θρησκεία, την κοινωνικο-πολιτισμική και ιστορικο-πολιτική διαδικασία της ταυτότητας του φύλου. Οι ρόλοι των φύλων και οι συμπεριφορές των ατόμων, μπορούν να αλλάξουν με την πάροδο του χρόνου καθώς επηρεάζονται από την κοινωνία στην οποία ζουν.

Σε κάποιες περιπτώσεις, η ταυτότητα φύλου ενός ατόμου έχει ασυνέπεια με τα χαρακτηριστικά του βιολογικού του φύλου (γεννητικά όργανα και δευτερεύοντα γενετικά χαρακτηριστικά), με αποτέλεσμα να ντύνεται ή να συμπεριφέρεται με τρόπο που κάποιοι θεωρούν ότι δεν ταιριάζει στις κοινωνικές νόρμες των φύλων. Αυτές οι εκφράσεις φύλου περιγράφονται ως «τρανς» και πολλές φορές τα άτομα πιστεύουν πως είναι «παγιδευμένα στο λάθος σώμα» και θέλουν να ζήσουν με το αντίθετο από το γενετικά καθορισμένο φύλο.
- Σεξουαλικός προσανατολισμός.** Είναι η έλξη (σεξουαλική, ερωτική, ρομαντική) που νιώθει ένα άτομο προς άτομο του αντίθετου φύλου, του ίδιου φύλου ή και των δύο διαφορετικών φύλων. Ο σεξουαλικός προσανατολισμός δεν είναι κάτι που οι άνθρωποι μπορούν να επιλέγουν. Ο σεξουαλικός προσανατολισμός αρχίζει να διαμορφώνεται από την παιδική ηλικία του ατόμου, συνεχίζει στα χρόνια της ήβης, για να ολοκληρωθεί στο κλείσιμο της εφηβικής ηλικίας. Συνήθως τα άτομα που έλκονται ή/και έχουν συναισθήματα για άτομα διαφορετικού φύλου αυτοπροσδιορίζονται ως ετεροφυλόφιλα, ενώ τα άτομα που προσελκύονται από άτομα του ίδιου φύλου προσδιορίζονται ως ομοφυλόφιλα. Ο σεξουαλικός προσανατολισμός αποτελείται από μια ποικιλομορφία έκφρασης την οποία καθορίζει και αυτοπροσδιορίζει το ίδιο το άτομο.
- Σεξουαλική συμπεριφορά.** Είναι ο βαθμός με τον οποίο ένα άτομο εκφράζει ή όχι το σεξουαλικό του προσανατολισμό στις σεξουαλικές/ερωτικές/ρομαντικές του σχέσεις.

- **Σεξουαλική έκφραση.** Αποτελεί το σύνολο των δραστηριοτήτων που εκφράζουν τη σεξουαλικότητα ενός ατόμου. Είναι μέρος της κοινωνικής ζωής όπου οι διάφορες προσωπικές, κοινωνικές και ηθικές πεποιθήσεις και αξίες επηρεάζουν και, πολλές φορές, καθορίζουν τη σεξουαλική έκφραση μέσα στο γενικότερο πλαίσιο του ζευγαριού, της οικογένειας, του σχολείου και της κοινωνίας. Είναι σημαντικό το κάθε άτομο να λαμβάνει τη σωστή έγκυρη ενημέρωση και να αποκτάει τέτοιες δεξιότητες ώστε να μπορεί να αποφασίζει υπεύθυνα για τη σεξουαλική και αναπαραγωγική του υγεία. (π.χ. προγαμιαίες σχέσεις, χρήση αντισύλληψης, αποφάσεις σε περίπτωση ανεπιθύμητης εγκυμοσύνης, έκφραση της σεξουαλικότητας, κ.λπ.).

(σελ. 93 – 94)

(1X1=1)

(γ) Δύο (2) άλλοι πιθανοί κίνδυνοι οι οποίοι μπορεί να προκύψουν από ελλιπή σεξουαλική διαπαιδαγώγηση των εφήβων είναι:

- Η μετάδοση σεξουαλικά μεταδιδόμενων ασθενειών
- Η ανεπιθύμητη εγκυμοσύνη.

(σελ. 98)

(2X1=2)

ΣΥΝΟΛΟ ΜΟΝΑΔΩΝ 10

Ερώτηση 14 (Ερώτηση 4 Μέρους Β΄)

(α) Αντιστοίχιση κατηγοριών ταυτότητας με επεξήγηση.

- | | |
|--------------------------|---|
| 1. Διάχυση Ταυτότητας | Γ. Τα άτομα δεν έχουν διερευνήσει, ούτε έχουν δεσμευτεί σε μία ταυτότητα. |
| 2. Δοτή Ταυτότητα | Α. Τα άτομα έχουν δεσμευτεί πρόωρα σε μία ταυτότητα χωρίς καθόλου διερεύνηση. |
| 3. Μορατόριουμ | Β. Τα άτομα δεν έχουν δεσμευτεί σε μία ταυτότητα αλλά εξακολουθούν να διερευνούν. |
| 4. Κατακτημένη Ταυτότητα | Δ. Τα άτομα δεσμεύονται στις προσωπικές τους επιλογές, μετά από μία περίοδο επαρκούς διερεύνησης. |

(σελ. 51)

(4X1=4)

(β) Χαρακτηρισμός δηλώσεων με **ΣΩΣΤΟ** ή **ΛΑΘΟΣ**

- i. Σωστό
- ii. Λάθος
- iii. Σωστό

(σελ. 57)
(3X1=3)

(γ)

i. **Ψυχική διάσταση**

(σελ. 7)
(1X1=1)

ii. Οι **υπόλοιπες τέσσερις (4) διαστάσεις** της υγείας είναι:

- Σωματική διάσταση
- Συναισθηματική διάσταση
- Πνευματική διάσταση
- Κοινωνική διάσταση

(σελ. 7)
(4X0.5=2)

ΣΥΝΟΛΟ ΜΟΝΑΔΩΝ 10

.....**ΤΕΛΟΣ**.....

ΕΡΩΤΗΣΗ			Μον.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Μ	11	(α) i. Ποσοστό	1	10									
		ii. 3 ζωτικές λειτουργίες	3										
		iii. 2 παράγ.+επεξ. (1+0.5)	3										
		(β) Αύξηση Σ.Β + επεη.(1+1)	2										
		(γ) 3 ^η παράμετρος	1										
Ε Ρ Ο	12	(α) i. 3 περιπτώσεις	3	10									
		(β) i. Διαχωρισμ. πρωτεϊνών	1										
		ii. 4 τροφές	2										
		iii. Συμπληρ. Πρωτ.(1+1)	2										
		(γ) 2 επιπτώσεις	2										
Ο Σ	13	(α) 4 χαρακτηριστικά (2+2)	4	10									
		(β) 3 παράγ.+1 επεξήγ. (3+1)	4										
		(γ) 2 κίνδυνοι											
Β´	14	(α) Αντιστοίχιση – 4 σημεία	4	10									
		(β) Σωστό/Λάθος – 3 σημεία	3										
		(γ) i. Ψυχική Διάσταση	1										
		ii. 4 διαστάσεις υγείας	2										
ΣΥΝΟΛΟ ΜΕΡΟΥΣ Β´			40										
ΣΥΝΟΛΟ ΒΑΘΜΟΛΟΓΙΑΣ			100										