

Χ. ΜΑΥΡΟΚΕΦΑΛΟΥ Κ. ΝΑΝΟΥΡΗ

Κ. ΡΑΥΤΟΠΟΥΛΟΥ

# ΕΚΘΕΣΗ

Α' ΛΥΚΕΙΟΥ



ΦΡΟΝΤΙΣΤΗΡΙΑ  
ΜΕΣΗΣ & ΑΝΩΤΑΤΗΣ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ  
Ε. ΣΤΟΓΙΑΝΝΗΣ

# Πρόλογος

*«Μονάχη έγνοια η γλώσσα μου  
Στις αμμουδιές του Ομήρου»  
Οδυσσέας Ελύτης (Άξιον Εστί)*

Το μάθημα της Έκθεσης αποτυπώνει την ανάγκη έκφρασης και διατύπωσης απόψεων, ιδεών και βιωμάτων ενώ ταυτίζεται με την ελευθερία έκφρασης, με την επικοινωνία και την πνευματική ολοκλήρωση. Η σύνδεση της με την ελληνική γλώσσα είναι άρρηκτη. Τα Ελληνικά είναι η μόνη γλώσσα στον κόσμο που ομιλείται και γράφεται συνεχώς επί 4.000 τουλάχιστον συναπτά έτη.

Θεωρήθηκε ανέκαθεν ως το σπουδαιότερο μεταξύ άλλων μαθημάτων, γιατί ενεργοποιώντας την παρεχόμενη από το σχολείο γενική παιδεία συμβάλλει στην πολύπλευρη καλλιέργεια και συγκρότηση του μαθητή. Παράλληλα, ως αντικείμενο εξέτασης και αξιολόγησης απεικονίζει εύστοχα την ικανότητα του μαθητή να αφομοιώνει υλικό σχετιζόμενο με ευρύτερα προβλήματα, να το υποβάλλει σε κριτικό έλεγχο, να το επεξεργάζεται δημιουργικά και να εκφράζει με γλωσσική αρτιότητα τις σκέψεις και τις προσωπικές του τοποθετήσεις με αφετηρία, κάθε φορά, ένα συγκεκριμένο θεματικό ερέθισμα.

Στη χώρα μας το μάθημα εισάγεται από τον Ιωάννη Κοκώνη την εποχή του Καποδίστρια στην πρωτοβάθμια εκπαίδευση και από το 1884 μαζί με το μάθημα των Νέων Ελληνικών από τον Νικόλαο Πολίτη στη δευτεροβάθμια εκπαίδευση.

Στο βιβλίο «Έκθεση Α' Λυκείου» παρουσιάζεται σε βάθος η ύλη της Έκφρασης Έκθεσης που προβλέπεται από το πρόγραμμα σπουδών της Α' τάξης του Γενικού Λυκείου. Τα κεφάλαια δομούνται ως εξής: Το πρώτο κεφάλαιο παρουσιάζει με σαφείς ορισμούς και παραδείγματα τις γλωσσικές ποικιλίες, τη συλλογιστική πορεία της γλώσσας, την τεχνική της περίληψης, τους τρόπους ανάπτυξης παραγράφου, την περιγραφή, την αφήγηση, τα στοιχεία του γραπτού και προφορικού λόγου, καθώς και τα γνωρίσματα του χρονογραφήματος. Στο τέλος κάθε ενότητας, υπάρχουν άλυτες ασκήσεις για την πληρέστερη εξάσκηση του μαθητή.

Στο δεύτερο κεφάλαιο παρουσιάζονται οι θεματικές ενότητες με τις οποίες θα ασχοληθούν οι μαθητές με σκοπό τον προβληματισμό και τη γραπτή αποτύπωση. Στο τέλος κάθε ενότητας ακολουθούν κριτήρια αξιολόγησης, με κείμενα και ασκήσεις προς επεξεργασία που ανταποκρίνονται τόσο στην Τράπεζα Θεμάτων όσο και στην προετοιμασία των μαθητών για τις πανελλήνιες της Γ' Λυκείου.

Στο τρίτο κεφάλαιο υπάρχουν γλωσσικές παρατηρήσεις και ασκήσεις, οι οποίες σκοπό έχουν να ευαισθητοποιήσουν τους μαθητές στις γλωσσικές τους επιλογές, βελτιώνοντας συγχρόνως το λεξιλόγιο και τη γλωσσική τους έκφραση. Τέλος, το τέταρτο κεφάλαιο συγκεντρώνει ενδεικτικά προτεινόμενα διαγωνίσματα προόδου για επεξεργασία και εξάσκηση των μαθητών.

Το βιβλίο αυτό είναι αποτέλεσμα της μακροετούς εμπειρίας που έχει συγκεντρώσει η πολυμελής ομάδα φιλολόγων του φροντιστηρίου «Ε. Δ. Στογιάννη» και απευθύνεται σε μαθητές Α' Λυκείου ειδικά, όμως μπορεί να αποτελέσει ένα πολύτιμο εγχειρίδιο για τους μαθητές όλων των τάξεων του λυκείου μιας και καταπιάνεται με ενότητες που αφορούν την ύλη της Έκθεσης και των τριών τάξεων. Ωστόσο αποτελεί ένα χρήσιμο εργαλείο και για τον διδάσκοντα, ο οποίος δύναται να αξιοποιήσει δημιουργικά τη θεωρία, με τα παραδείγματα και την ποικιλία κειμένων που παρατίθενται.

Σκοπός του βιβλίου είναι η διευκόλυνση της γνώσης, ο άμεσος διάλογος με τους μαθητές, ο οποίος είναι ικανός να συντελεστεί χάρη στη σαφήνεια, την περιεκτικότητα και την δημιουργική σύνθεση του περιεχομένου του βιβλίου μας.

*Ευχή μας το βιβλίο αυτό να αποτελέσει το πανί για ένα ευοίωνο ταξίδι των μαθητών  
στο ατέλειωτο ταξίδι της Γλώσσας και της Σκέψης.*

Οι συγγραφείς  
Κέλλυ Ραυτοπούλου  
Χριστίνα Μαυροκεφάλου  
Κατερίνα Νανούρη

# Πίνακας Περιεχομένων

<b>Ευχαριστίες.....</b>	<b>i</b>
<b>Πρόλογος.....</b>	<b>iii</b>
<b>Πίνακας Περιεχομένων .....</b>	<b>v</b>
<b>Κεφάλαιο 1.....</b>	<b>1</b>
<b>Θεωρία.....</b>	<b>1</b>
1.1. Γλώσσα και Γλωσσικές ποικιλίες .....	1
1.1.1. Θεωρία .....	1
1.1.2. Άλυτες ασκήσεις .....	7
1.2. Εισαγωγή στους συλλογισμούς.....	9
1.2.1. Θεωρία .....	9
1.2.2. Παραδείγματα .....	10
1.2.3. Άλυτες ασκήσεις .....	12
1.3. Περίληψη.....	16
1.3.1. Θεωρία .....	16
1.3.2. Υπόδειγμα .....	22
1.4. Η Παράγραφος .....	23
1.4.1. Θεωρία .....	23
1.4.2. Παραδείγματα .....	25
1.4.3. Άλυτες ασκήσεις .....	30
1.5. Γραπτός και προφορικός λόγος.....	34
1.5.1. Θεωρία .....	34
1.5.2. Άλυτες ασκήσεις .....	35
1.6. Περιγραφή.....	39
1.6.1. Θεωρία .....	39
1.6.2. Άλυτες ασκήσεις .....	43
1.7. Αφήγηση .....	48
1.7.1. Θεωρία .....	48
1.7.2. Άλυτες ασκήσεις .....	56

1.8.	Χρονογράφημα.....	62
1.8.1.	Θεωρία .....	62
1.8.2.	Παράδειγμα.....	62
1.9.	Επικοινωνιακό πλαίσιο .....	67
1.9.1.	Θεωρία .....	67
1.9.2.	Συγγραφή προλόγου.....	75
1.9.3.	Συγγραφή επιλόγου .....	84

## **Κεφάλαιο 2.....89**

### **Θεματικές ενότητες..... 89**

2.1.	Γλώσσα.....	89
2.1.1.	Θεωρία .....	89
2.1.2.	Διπλό κριτήριο αξιολόγησης.....	93
2.2.	Η γλώσσα των νέων .....	98
2.2.1.	Θεωρία .....	98
2.2.2.	Διπλό κριτήριο αξιολόγησης.....	98
2.3.	Γλωσσομάθεια.....	102
2.3.1.	Θεωρία .....	102
2.3.2.	Διπλό κριτήριο αξιολόγησης.....	104
2.4.	Διάλογος.....	108
2.4.1.	Θεωρία .....	108
2.4.2.	Διπλό κριτήριο αξιολόγησης.....	112
2.5.	Αναλφαβητισμός.....	118
2.5.1.	Θεωρία .....	118
2.5.2.	Κριτήριο Αξιολόγησης.....	121
2.6.	Μέσα Μαζικής Ενημέρωσης.....	126
2.6.1.	Θεωρία .....	126
2.6.2.	Διπλό κριτήριο αξιολόγησης.....	131
2.7.	Εφηβεία – Τρίτη ηλικία.....	137
2.7.1.	Θεωρία .....	137
2.7.2.	Διπλό κριτήριο αξιολόγησης.....	143
2.8.	Χάσμα γενεών και Οικογένεια.....	147
2.8.1.	Θεωρία .....	147
2.8.2.	Διπλό κριτήριο αξιολόγησης.....	152
2.9.	Πρότυπα - Είδωλα.....	157
2.9.1.	Θεωρία .....	157
2.9.2.	Διπλό κριτήριο αξιολόγησης.....	160

2.10.	Ελεύθερος χρόνος.....	166
2.10.1.	Θεωρία .....	166
2.10.2.	Διπλό κριτήριο αξιολόγησης.....	170
2.11.	Μόδα .....	175
2.11.1.	Θεωρία .....	175
2.11.2.	Διπλό κριτήριο αξιολόγησης.....	179
2.12.	Αθλητισμός .....	185
2.12.1.	Θεωρία .....	185
2.12.2.	Διπλό κριτήριο αξιολόγησης.....	190
2.13.	Διατροφή .....	195
2.13.1.	Θεωρία .....	195
2.13.2.	Διπλό κριτήριο αξιολόγησης.....	196
2.14.	Φιλία – Αγάπη - Έρωτας.....	199
2.14.1.	Θεωρία .....	199
2.14.2.	Διπλό κριτήριο αξιολόγησης.....	202

## **Κεφάλαιο 3.....209**

### **Γλωσσικές παρατηρήσεις .....209**

3.1.1.	Λόγιες λέξεις που συναντώνται σε δοκίμια .....	209
3.1.2.	Ορθογραφικά λάθη (γραμματικής) .....	215
3.1.4.	Γλωσσικές Ασκήσεις.....	219

## **Κεφάλαιο 4.....259**

### **Κριτήρια αξιολόγησης .....259**

## **Βιβλιογραφία .....273**

# Κεφάλαιο 1

## Θεωρία

### 1.1. Γλώσσα και Γλωσσικές ποικιλίες

#### 1.1.1. Θεωρία

##### Τα Όρια της Γλώσσας

##### Χαρακτηριστικά της γλώσσας:

- 1. Η απεραντοσύνη:** Εκφράζει πέρα από το άτομο, ολόκληρο τον κόσμο.
- 2. Η πολυμορφία:** Ανταποκρίνεται και υπηρετεί τις ποικίλες ανάγκες της κοινωνικής ζωής (ερώτηση, κατάφαση, βεβαιότητα, επιθυμία, ευαισθησία, συγκίνηση κλπ).
- 3. Η παντοδυναμία:** Η σωστή χρήση της, σε συνδυασμό με την πνευματική καλλιέργεια και την κοινωνική καταξίωση, αποτελεί μέγιστη δύναμη.

##### Οι Ποικιλίες της Γλώσσας

##### Γλωσσικές ποικιλίες:

1. Γεωγραφικές (**Οριζόντια κατάταξη**),
2. Κοινωνικές (**Κάθετη κατάταξη**).
3. Ποικιλίες κειμένων.
4. Ειδικές γλώσσες.

### 1.1.2. Άλυτες ασκήσεις

#### Οι οπτικές της γλώσσας

1. Οι πρώτες μέρες στο λύκειο: γράψτε στο ημερολόγιό σας δύο παραγράφους ( 60-70 λέξεις κάθε μία): (α) στην πρώτη να αναφέρεστε στους παλιούς φίλους που συναντήσατε, τις καινούργιες παρέες, τα συναρπαστικά μαθήματα και (β) στη δεύτερη να μιλήσετε για τις υψηλές απαιτήσεις, τον περιορισμό του ελεύθερου χρόνου, το άγχος.
2. Το project που μόλις παρουσιάσατε ήταν πολύ καλό. Ποια λέξη/ φράση θα χρησιμοποιήσει για να το σχολιάσει: (α) ο καθηγητής σας, (β) ένας συμμαθητής σας, με τον οποίο δε διατηρείτε καλή σχέση και (γ) η μητέρα σας
3. Ο αδελφός σας ανακοινώνει στην οικογένειά σας και την παρέα του ότι βρήκε δουλειά και θα μείνει μόνιμα στο εξωτερικό. Ποια λέξη/φράση θα χρησιμοποιηθεί από (α) εσένα (β) τη γιαγιά σου (γ) τον κολλητό του.

#### Γλώσσα – Ομιλία – Ιδιόλεκτος – Ύφος

1. Έτυχε κάτι έκτακτο και πρέπει να αναβάλλετε το πάρτι που ετοιμάζατε τόσο καιρό για το επόμενο Σάββατο. Γράψτε το μήνυμα που θα στείλετε για να ειδοποιήσετε (α) τη μητέρα σας (β) τον κολλητό/ κολλητή σας (γ) τον dj που θα έπαιζε μουσική.
2. Ο μικρός σας αδελφός μπαίνει συνέχεια στο δωμάτιό σας και πειράζει τα πράγματά σας. Προσπαθήστε να τον αποτρέψετε πρώτα με επιχειρήματα και ύφος φιλικό και απλό, κι ύστερα με πιο αυστηρό ύφος.

#### Γεωγραφικές και Κοινωνικές γλωσσικές ποικιλίες

1. Την ερχόμενη Κυριακή η ομάδα που υποστηρίζετε θα αντιμετωπίσει τη Μπαρτσελόνα. Να γράψετε (40-50 λέξεις) τα λόγια του προέδρου της ομάδας σας προς (α) τον προπονητή και τους παίκτες (β) τους φιλάθλους (γ) τους δημοσιογράφους και (δ) την αντίπαλη ομάδα
2. Το απόσπασμα που ακολουθεί είναι από τον «Ερωτόκριτο» του Βιτσέντζου Κορνάρου. Πρόκειται για τη σκηνή της συνάντησης των δύο ερωτευμένων νέων,



## 1.3.2. Υπόδειγμα

ΣΤΑΔΙΟ ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΑΣ I	ΕΠΙΜΕΡΟΥΣ ΒΗΜΑΤΑ
<b>1ο ΣΤΑΔΙΟ</b>	
ΠΡΟΕΡΓΑΣΙΑ: Επεξεργασία κειμένου	
A' ΦΑΣΗ: Πρώτη ανάγνωση: Γενική -συγκεντρωτική Θεώρηση του κειμένου	α. Συμπεραίνουμε το <b>Θεματικό κέντρο</b> του κειμένου: Αυτό μπορεί: - να διατυπώνεται στην πρώτη παράγραφο - να συνάγεται από το συσχετισμό των θεματικών περιόδων των παραγράφων του κειμένου. β. Εντοπίζουμε το <b>θέμα κάθε παραγράφου</b> - Το αναζητούμε: i) στη θεματική περίοδο, ii) στην κατακλείδα - Το συνάγουμε από τις λεπτομέρειες - Δημιουργούμε δικό μας πλαγιότιτλο.
B' ΦΑΣΗ: Δεύτερη ανάγνωση διεξοδική: Επεξεργασία του κειμένου ανά παράγραφο.	γ. Επισημαίνουμε τις <b>σημαντικές λεπτομέρειες</b> στις παραγράφους. Υπογραμμίζουμε <b>λέξεις-κλειδιά</b> ή φράσεις με σημαντικό περιεχόμενο. δ. Προσέχουμε τις <b>διαρθρωτικές λέξεις</b> με τις οποίες συνδέονται οι παράγραφοι. Παρακολουθούμε τον τρόπο οργάνωσης του κειμένου. Ανακαλύπτουμε τις νοηματικές του σχέσεις. ε. Διακρίνουμε ευρύτερες <b>θεματικές ενότητες</b> . Δίνουμε έναν τίτλο σε καθεμιά
<b>2ο ΣΤΑΔΙΟ</b>	
Σύνθεση της περίληψης	
A' ΦΑΣΗ: Επιλογή των στοιχείων που θα χρησιμοποιηθούν στην περίληψη	στ. Για τη συνοπτική <b>περίληψη</b> αξιοποιούμε: - το θεματικό κέντρο - τους πλαγιότιτλους των παραγράφων ζ. Δίνουμε <b>μορφή</b> στην περίληψη με τη χρήση του πλάγιου λόγου (αναφορά στο συγγραφέα ως υποκείμενο που διαπιστώνει, κρίνει...)
B' ΦΑΣΗ: Σύνδεση των στοιχείων που επιλέχτηκαν	η. Χρησιμοποιούμε διαρθρωτικές λέξεις και εκφράσεις για τη σύνδεση των στοιχείων που επιλέξαμε, για την οργάνωση τους σε ένα συγκεκριμένο κείμενο.

**Παράδειγμα:** Ο αφηγητής γράφει το 2010 (χρόνος πομπού) ένα βιβλίο που αναφέρεται σε γεγονότα των ετών 1967-1974 (χρόνος γεγονότων). Ο δέκτης το διαβάζει το 2013 (χρόνος δέκτη).

**(B)** Ο χρόνος της ιστορίας και ο χρόνος της αφήγησης

Στην αφήγηση μπορούμε να διακρίνουμε δύο εσωτερικούς/ εσωκειμενικούς χρόνους:

- ❖ Τον χρόνο της ιστορίας: είναι ο χρόνος μέσα στον οποίο διαδραματίζονται τα αφηγούμενα γεγονότα, είναι η φυσική σειρά των γεγονότων.
- ❖ Τον χρόνο της αφήγησης: είναι ο χρόνος της ιστορίας, όπως παρουσιάζεται απ' τον αφηγητή. Ο αφηγητής δεν ακολουθεί τη φυσική ροή των γεγονότων –αντίθετα τα παρουσιάζει με διαφορετική χρονική σειρά, διάρκεια και συχνότητα. Αυτές οι παραβιάσεις της φυσικής σειράς των γεγονότων ονομάζονται αναχρονίες.

**Σύγκριση του χρόνου της ιστορίας και του χρόνου της αφήγησης**

**(A) Ως προς τη χρονική σειρά:**

- Αναδρομικές αφηγήσεις/ αναδρομές(flash back): ο αφηγητής εξιστορεί γεγονότα που συνέβησαν πριν τον χρόνο της ιστορίας.
- Πρόδρομες αφηγήσεις/ προλήψεις: ο αφηγητής αναφέρεται σε γεγονότα που θα συμβούν σε μελλοντική στιγμή της αφήγησης.

**(B) Ως προς τη διάρκεια:**

- «Σκηνή»: σε αυτήν την περίπτωση ο χρόνος της αφήγησης έχει την ίδια διάρκεια με τον χρόνο της ιστορίας (χρ. αφηγ.= χρ. ιστ.)
- «επιτάχυνση»: εδώ ο χρόνος της αφήγησης έχει μικρότερη διάρκεια απ' τον χρόνο της ιστορίας (χρ. αφηγ.< χρ. ιστ.). Ο αφηγητής για να το πετύχει αυτό παραλείπει εντελώς κάποια γεγονότα ή τα αποδίδει συνοπτικά, χωρίς λεπτομέρειες
- «επιβράδυνση»: εδώ ο χρόνος της αφήγησης έχει μεγαλύτερη διάρκεια απ' τον χρόνο της ιστορίας (χρ. αφηγ.> χρ.ιστ.). Ο αφηγητής δηλαδή παρουσιάζει αναλυτικά ένα γεγονός που στην πραγματικότητα μπορεί να διήρκεσε μια στιγμή και για να το πετύχει αυτό παρεμβάλλει στην αφήγησή του σκέψεις, σχόλια ή (εκτενείς) περιγραφές. Με τον τρόπο αυτό αποσκοπεί στην κορύφωση της αγωνίας του δέκτη, αλλά και στο να εστιάσει αυτός σε συγκεκριμένο μέρος της αφήγησης.

**(Γ) Ως προς τη συχνότητα:**

Στην αφήγηση μπορεί το ίδιο γεγονός να παρουσιάζεται επανειλημμένα, κάθε φορά όμως με διαφορετικό τρόπο, ύφος κι οπτική γωνία.

**Περιγραφή και Αφήγηση – Διάκριση των δύο εννοιών**

<b>Αφήγηση:</b>	Ανήκει στα «δυναμικά» στοιχεία του κειμένου, λόγω του «δυναμικού» τρόπου παρουσίασης του «αντικειμένου» της	Παρουσιάζει δηλαδή το πώς αυτό ενεργεί, κινείται, μεταβάλλεται μέσα στον χρόνο	Πληροφορεί λοιπόν για το «γίγνεσθαι» των πραγμάτων
<b>Περιγραφή:</b>	Ανήκει στα «στατικά» στοιχεία του κειμένου, επειδή παρουσιάζει «στατικά» το αντικείμενό της	Παρουσιάζει δηλαδή τα βασικά γνωρίσματα ενός αντικειμένου -το αντικείμενό της περιγραφής είναι ακινητοποιημένο, σαν ο χρόνος να έχει «παγώσει»	Πληροφορεί λοιπόν για το «είναι» των πραγμάτων.

**Παρατήρηση:**

Συχνά τα όρια ανάμεσα στην περιγραφή και την αφήγηση είναι συγκεχυμένα (π.χ. όταν περιγράφεται η λειτουργία μιας μηχανής), γι' αυτό η διάκρισή τους δε μπορεί να είναι απόλυτη. Όταν οι ενέργειες που παρουσιάζονται είναι επαναλαμβανόμενες- άρα αποτελούν βασικά γνωρίσματα του «αντικειμένου» –τότε έχουμε περιγραφή, όχι αφήγηση.

**Ο χρόνος των ρημάτων στην περιγραφή και την αφήγηση**

Στην **αφήγηση** συναντάμε κυρίως οριστική αορίστου. Ο αόριστος ως συνοπτικός χρόνος είναι κατάλληλος για να δηλωθεί η αλλαγή/ η κίνηση/ η εξέλιξη την οποία αναπαριστά η αφήγηση.

Στην **περιγραφή** συναντάμε κυρίως παρατατικό (σε κάποιες περιπτώσεις και οριστική ενεστώτα). Ο παρατατικός ως εξακολουθητικός χρόνος είναι κατάλληλος για να

## 1.7.2. Άλυτες ασκήσεις

### Αφηγηματικό περιεχόμενο και αφηγηματική πράξη

#### Κείμενο 1 - Το χρονικό της εξέγερσης

##### [...]Σάββατο 17 Νοέμβρη

Λίγο πριν τη 1, τα τανκς μπήκαν στην οδό Πατησίων. Τεθωρακισμένα, στρατιώτες και αστυνομικοί έκαναν κινήσεις γύρω από το Πολυτεχνείο. Λίγο μετά τη 1, με την εμφάνιση των αρμάτων οι διαδηλωτές άρχισαν να υποχωρούν. Αρκετοί βρήκαν καταφύγιο σε πολυκατοικίες, οι πόρτες των οποίων είχαν αφηθεί επίτηδες ανοιχτές. Από τα μεγάφωνα μεταδιδόταν, πως όσοι ήθελαν ν' αποχωρήσουν, μπορούσαν να φύγουν, προτού οι πόρτες κλείσουν οριστικά. Μισή ώρα περίπου μετά τη 1, οι διαδηλωτές έξω από το Πολυτεχνείο παρέμεναν ακόμα. Ελεύθεροι σκοπευτές κατέλαβαν θέσεις στα γύρω από το Πολυτεχνείο κτίρια.

Στους γύρω δρόμους οι συγκρούσεις συνεχίζονταν με ένταση. Ο Ραδιοφωνικός Σταθμός του Πολυτεχνείου εξακολουθούσε να μεταδίδει προς τους στρατιώτες: "Είμαστε άοπλοι, θα σας υποδεχτούμε με χειροκροτήματα". Τα άρματα είχαν σταματήσει στις δύο γωνίες Πατησίων - Αβέρωφ και Πατησίων – Στουρνάρα, ενώ στη γωνία Πατησίων και Στουρνάρα αστυνομικοί περίμεναν.

Στη 1:50 μετά τα μεσάνυχτα, ο Ραδιοφωνικός Σταθμός του Πολυτεχνείου διέκοψε προσωρινά, ενώ στη 1:59 ξανάρχισε να λειτουργεί. Τα άρματα M 48 και M 113 έστρεψαν τα κανόνια τους κατά των κλεισμένων στο Πολυτεχνείο, ενώ με τους προβολείς φώτιζαν τα παράθυρα του κτιρίου. Τρία άρματα προχώρησαν από την Αβέρωφ και σταμάτησαν στην πόρτα του Πολυτεχνείου επί της Πατησίων.

Ο χώρος απέναντι από την κεντρική είσοδο του Πολυτεχνείου γέμισε από αστυνομικούς, ενώ κάποια προσπάθεια συνεννόησης ανάμεσα στους επικεφαλής των αρμάτων και των κλεισμένων στο κτίριο άρχισε να φαίνεται. Λίγο πριν τις 3, οι δυνάμεις του στρατού και της αστυνομίας είχαν συνταχθεί σε θέση μάχης έξω από το Πολυτεχνείο. Άρχισαν οι διαπραγματεύσεις με τους κλεισμένους μέσα στο κτίριο, ενώ στην είσοδο, παρατάσσονταν και άλλα τανκς. Ο Ραδιοσταθμός του Πολυτεχνείου είχε και πάλι διακόψει τη μετάδοσή του.

Στις 2:59 τρία τανκς εφόρμησαν προς το Πολυτεχνείο. Ενώ οι διαπραγματεύσεις συνεχίζονταν, ένα AMX 30 που βρισκόταν απέναντι από την κεντρική πύλη,

οπισθοχώρησε λίγο και μετά έπεσε με ορμή πάνω της. Η πύλη γκρεμίστηκε και πολλά κορμιά πλακώθηκαν.

Μετά την είσοδο του τανκ αστυνομικοί και άνδρες των ΛΟΚ μπήκαν στο Πολυτεχνείο, ενώ όσοι βρίσκονταν στην πύλη και δεν χτυπήθηκαν υποχώρησαν στο εσωτερικό. Μέσα στο προαύλιο γίνονταν συγκρούσεις ανάμεσα σε αστυνομικούς και αυτούς που βρίσκονταν μέσα.

Οι εξεγερμένοι συντάχθηκαν σε φάλαγγες με τα χέρια ψηλά και με τη συνοδεία ΛΟΚ βγήκαν έξω. Οι συγκρούσεις συνεχίζονταν από κτίριο σε κτίριο.

Σύμφωνα με μαρτυρίες, περίπου 35 λεπτά μετά τις 3, το Πολυτεχνείο είχε αδειάσει και ασθενοφόρα άρχισαν να απομακρύνουν από το κτίριο τραυματίες και νεκρούς. Οι πυροβολισμοί και οι συγκρούσεις συνεχίζονταν ωστόσο στους γύρω από το Πολυτεχνείο δρόμους.

(άρθρο δημοσιευμένο στο διαδίκτυο)

## Κείμενο 2

[...] Από εκεί ξεκινήσαμε και κατευθυνθήκαμε στο Πολυτεχνείο, όπου και φτάσαμε. Ορθώσαμε τα άρματα απέναντι, περιμέναμε 2-3 ώρες και σ' αυτό το διάστημα γίνανε διαπραγματεύσεις με εκπροσώπους των φοιτητών, μέλη της συντονιστικής επιτροπής, οι οποίοι –τους επετράπη- βγήκαν έξω και οι διαπραγματεύσεις έγιναν στον προθάλαμο του ξενοδοχείου ΑΚΡΟΠΟΛ. Οι εκπρόσωποι δήλωσαν ότι δεν ελέγχουν απόλυτα την κατάσταση, ότι θέλουν κι αυτοί να λήξει αυτή η ιστορία, αλλά να λήξει ειρηνικά κι αναίμακτα, και επροτάθησαν από διάφορους διάφορες λύσεις για να ανοίξει η πύλη του Πολυτεχνείου. Εξ όλων των λύσεων σαν πλέον πρόσφορη εκρίθη να ανοίξει η πύλη με την ενέργεια ενός άρματος μάχης. Δε θυμάμαι ποιός το πρότεινε αλλά η πρόταση έγινε τελικώς αποδεκτή. Αμέσως μετά πήγα απέναντι απ' την πύλη, έφερα ένα άρμα μάχης μπροστά στην πύλη και ένας απ' τους τρεις εκπροσώπους των φοιτητών –δε θυμάμαι ποιός- με έναν τηλεβόα ειδοποίησε τον κόσμο που ήταν μέσα στο Πολυτεχνείο να απομακρυνθεί απ' την πύλη, γιατί θα πέσει η πόρτα. Ανέβηκα κι εγώ ο ίδιος επάνω στο άρμα και σιγά σιγά ξεκινήσαμε και ρίξαμε την πύλη. Πίσω απ' την πύλη δεν υπήρχε κανένας – υπήρχαν μόνο δύο αυτοκίνητα, τα οποία και κατεστράφησαν, και δεν σκοτώθηκε ούτε τραυματίστηκε κανείς. Η μόνη που τραυματίστηκε ήταν κάποια κυρία ονόματι

# Κεφάλαιο 2

## Θεματικές ενότητες

### 2.1. Γλώσσα

#### 2.1.1. Θεωρία

Χωρίς τη γλώσσα δεν μπορεί να νοηθεί ζωή, επειδή οι σημαντικότερες εκφάνσεις της ζωής, είτε τη θεωρήσουμε ως βιολογικό φαινόμενο, είτε ως πνευματική και κοινωνική εκδήλωση, είναι άρρηκτα συνδεδεμένες με τη γλώσσα. Γι' αυτό και η πρόοδος του ανθρώπου σε κάθε τομέα της ζωής του περνάει, χωρίς υπερβολή, μέσα από τη γλωσσική καλλιέργειά του.

#### Ορισμός της έννοιας:

«Γλώσσα είναι κώδικας σημείων ορισμένης μορφής (γλωσσικής) με τα οποία επιτυγχάνεται η επικοινωνία των μελών μιας γλωσσικής κοινότητας». (Γ. Μπαμπινιώτης)

Αλλά δεν είναι μόνο αυτό. «Γλώσσα δεν είναι, καθώς φαντάζονται κάποιοι, αράδιασμα από λέξεις, τύπους και κανόνες, όπως αναγράφονται σε λεξικά και γραμματικές...παρά η έκφραση του εσωτερικού μας κόσμου, κύμα ζωής, άνοιγμα και επαφή ψυχών, ανταλλαγή αισθημάτων και σκέψεων μέσα σε συνομιλία, ερώτηση και απόκριση, άρνηση και κατάφαση, προσταγή, απαγόρευση και παράκληση, μικροεπεισόδια, πεζότητες και ταπεινότητες της καθημερινής ζωής και έξαρση και κατάνυξη, τραγούδι και κλάμα, χαρά και καημός, τρικυμία και γαλήνη, αγάπη και πάθος, αγωνία και κατάρα, επιστήμη και ζωή, σκέψη, ενατένιση της μοίρας και φιλοσοφία-όλα αυτά είναι γλώσσα ατομική και εθνική». (Μ. Τριανταφυλλίδης)

Γι' αυτό η πιο ουσιαστική προσέγγιση ενός πολιτισμού περνάει πάντα μέσα από τον λόγο που τον εκφράζει.

### **Λειτουργίες της γλώσσας:**

- Επικοινωνούν οι άνθρωποι: ορίζουν έννοιες, σκοπούς και αξίες, κρίνουν και κρίνονται, διδάσκουν και διδάσκονται, πείθουν και πείθονται, επιτίθενται και αμύνονται, χαίρονται και λυπούνται, παρηγορούν και παρηγορούνται, τραγουδούν και ψυχαγωγούνται, συμφωνούν ή διαφωνούν, κατηγορούν και απολογούνται, λατρεύουν και υμνούν.
- Είναι το μέσο με το οποίο συνάπτονται οι σχέσεις και συσφίγγονται οι δεσμοί ανάμεσα στους ανθρώπους.
- Είναι βασικός παράγοντας ανάπτυξης των διανοητικών δυνατοτήτων του ανθρώπου.
- Με τη γλώσσα διαδίδονται γνώσεις και ιδέες.
- Είναι μέσο και περιεχόμενο μαζί της παιδείας του ανθρώπου, αν αναλογιστούμε ότι με τη γλώσσα μαθαίνουμε και ότι η ίδια η γλώσσα (ως γραπτός κυρίως λόγος) είναι περιεχόμενο μάθησης (γραμματειακά κείμενα).
- Η γλωσσική κοινότητα είναι και εθνική κοινότητα με τον πολιτισμό της, την τέχνη της, τις αξίες, το ήθος, τις παραδόσεις και τα οράματά της.
- Έντεχνος λόγος, ποίηση, πεζογραφία, δράμα, ρητορεία, ως έκφραση συναισθημάτων, ως μέσο διαπαιδαγώγησης, πειθούς και διεκδίκησης.
- Με τη γλώσσα οι άνθρωποι διεκδικούν και υπερασπίζονται τα δικαιώματά τους.
- Διευθετούν με ειρηνικό τρόπο τις διαφορές τους και συνάπτουν σχέσεις συνεργασίας και φιλίας.

### **Ο έξοχος χαρακτήρας της ελληνικής γλώσσας:**

- Έχει μακραίωνη και ενιαία παράδοση.
- Ο λεξιλογικός της πλούτος.
- Με αυτήν ορίστηκαν για πρώτη φορά επιστημονικές έννοιες, πολιτικά και κοινωνικά φαινόμενα. Λέξεις της ελληνικής είναι διεθνείς επιστημονικές και πολιτικές ορολογίες.
- Με αυτήν εκφράστηκαν αριστουργήματα της παγκόσμιας γραμματείας.
- Η πολυσημία και μουσικότητα, που έχουν οι περισσότερες λέξεις της, της προσδίδουν ποιητικότητα.

**Ερωτήσεις**

1. Να γράψετε μια σύντομη περίληψη του κειμένου (αφού για δική σας χρήση δώσετε πλαγιότιτλους).-[25 μονάδες]

2. Να αναπτύξετε σε μια παράγραφο με τη μέθοδο της αιτιολόγησης τη φράση «*η μόδα ταυτίζεται με την προώθηση της ατομικότητας μέσω της διάκρισης*» είτε αποδεχόμενοι , είτε απορρίπτοντας τη θέση αυτή.-[10 μονάδες]

3. α) Να δώσετε συνώνυμα για τις λέξεις: μόδα, ηγεμονία, ουσιώδη, αναντίρρητη, αμφίσημα, πειθάρχηση.

.....  
.....

β) Να δώσετε αντώνυμα για τις λέξεις: ανυπόφορη, ορατοί, ομοιομορφία, ασταθή, συσκοτίσει.

.....  
.....  
.....

γ) Να δώσετε τη σημασία των λέξεων: καπιταλισμός και χειραγώγηση και να γράψετε μία περίοδο λόγου για καθεμία.

Καπιταλισμός=.....  
.....  
.....

Χειραγώγηση=.....  
.....  
.....

**-[10 μονάδες]**

4. Να εξετάσετε αν οι ακόλουθες προτάσεις είναι σωστές ή εσφαλμένες σύμφωνα με το κείμενο: -[5 μονάδες]

**Σωστό Λάθος**

- Η μόδα χαρακτηρίζεται έντονα από το στοιχείο της αλλαγής



## 2.12. Αθλητισμός

### 2.12.1.Θεωρία

#### Ορισμός:

- **Αθλητισμός** είναι η εκούσια καταβολή μόχθου για την εκτέλεση σωματικών ασκήσεων, προκειμένου το άτομο να πετύχει σωματική και πνευματική βελτίωση, ηθική ολοκλήρωση αλλά και καλές επιδόσεις σ' ένα άθλημα, σύμφωνα με τις απαιτήσεις και τους κανονισμούς του.
- **Γυμναστική** είναι η σωματική άσκηση, για την ανάπτυξη των φυσικών δυνατοτήτων του ανθρώπου.
- **Ολυμπισμός** είναι η αθλητική φιλοσοφική αντίληψη, κατά την οποία το άτομο, με τη συμμετοχή του στην άσκηση και τα αθλήματα, αποβλέπει στην καθολική διαπαιδαγώγησή του, στην επίτευξη του «καλός καγαθός» των αρχαίων Ελλήνων. Για τη διατήρηση του πνεύματος του Ολυμπισμού στην εποχή μας ο Πιερ ντε Κουμπερντέν (1863-1937:Γάλλος παιδαγωγός και συγγραφέας, εμπνευστής της αναβίωσης των Ολυμπιακών αγώνων) προχώρησε:
  - στη διεθνοποίηση των Ολυμπιακών αγώνων
  - στην ένταξη νέων αθλημάτων
  - στη συμμετοχή λαών, ανεξαρτήτως φυλετικών, πολιτικών και κοινωνικών διακρίσεων
  - στη σφυρηλάτηση και παγίωση της παγκόσμιας ειρήνης.

**Η προσφορά του αθλητισμού** είναι σημαντική σε κάθε τομέα της ανθρώπινης δραστηριότητας. Συγκεκριμένα:

#### 1. Στον πνευματικό:

- Αναπτύσσει τις νοητικές λειτουργίες, κρίση, φαντασία, αυτενέργεια(«νους υγιής εν σώματι υγιει»).
- Η πορεία προς τη νίκη απαιτεί συνεχή πνευματική εγρήγορση.
- Ο αθλητής, ελέγχοντας τόσο την εξέλιξη του αγώνα, όσο και τις δυνάμεις του, γίνεται οξυδερκής, εύστροφος και αποφασιστικός.
- Με την ετερογνωσία, τον εντοπισμό δηλαδή των ικανοτήτων και των αδυναμιών του αντιπάλου, οδηγείται στην αυτογνωσία.

## **2.13. Διατροφή**

### **2.13.1.Θεωρία**

#### **Υγεία και Διατροφή**

**Ενδεικτικός Πρόλογος (με αντίθεση) :** Τα επιτεύγματα της σύγχρονης ιατρικής είναι εκπληκτικά τόσο στην πρόληψη, όσο και στη διάγνωση και στη θεραπεία νοσημάτων τα οποία στο παρελθόν είχαν εξελιχθεί σε μεγάλες επιδημίες και θέριζαν τους ανθρώπους. Χάρη στα επιτεύγματα αυτά ο άνθρωπος μακροημερεύει. Εντούτοις, δεν πρέπει ποτέ να ξεχνάμε ότι το σώμα μας είναι ευπαθές και ότι μπορεί με μια αλόγιστη συμπεριφορά μας να εκθέσουμε σε σοβαρούς κινδύνους την υγεία μας, σωματική και ψυχική.

#### **Κίνδυνοι που απειλούν την υγεία του σύγχρονου ανθρώπου**

- ✓ Η ρύπανση του περιβάλλοντος και η μόλυνση της ατμόσφαιρας.
- ✓ Η κακή διατροφή.
- ✓ Το κάπνισμα.
- ✓ Το άγχος.
- ✓ Η καθιστική ζωή.
- ✓ Η έλλειψη ουσιαστικής επικοινωνίας με το περιβάλλον (αποξένωση, μοναξιά).

#### **Μέτρα για την προστασία της υγείας μας**

- ✓ Πρόληψη με εμβολιασμούς, περιοδικές ιατρικές εξετάσεις, σχολαστική καθαριότητα, ενημέρωση για θέματα υγιεινής κλπ.
- ✓ Καλή διατροφή.
- ✓ Κίνηση και άσκηση.
- ✓ Να αποφεύγονται οι ανθυγιεινές συνήθειες και οι καταχρήσεις.
- ✓ Να αποφεύγεται η υπερβολική εργασία και να υπάρχει αρκετός ελεύθερος χρόνος για ξεκούραση και ηρεμία.

### 2.13.2. Διπλό κριτήριο αξιολόγησης

#### Υγιεινή αλλά ακριβή η μεσογειακή διατροφή

Η μεσογειακή διατροφή είναι υγιεινή, αλλά εν μέσω οικονομικής κρίσης πολλοί φτωχοί της Μεσογείου δεν την προτιμούν πλέον λόγω κόστους.

Η Μεσογειακή διατροφή τα τελευταία χρόνια έχει γίνει πολύ δημοφιλής διεθνώς και συνεχώς νέες επιστημονικές έρευνες έρχονται να επιβεβαιώσουν τα οφέλη που παρέχει στην υγεία για ποικίλες παθήσεις (καρδιά, καρκίνος, διαβήτης κ.α.). Όμως, σύμφωνα με μια νέα ιταλική μελέτη, στην ίδια την Ευρωπαϊκή Μεσόγειο πολλοί είναι αυτοί, ιδίως μεταξύ των πιο φτωχών, που δεν ακολουθούν την Μεσογειακή διατροφή, επειδή τη θεωρούν ακριβή, ιδίως εν μέσω της πρόσφατης οικονομικής κρίσης. Όπως αναφέρουν οι Ιταλοί επιστήμονες, αυτό το κατ' εξοχήν υγιεινό μοντέλο διατροφής φαίνεται να τρίζει υπό το βάρος της κρίσης.

Οι ερευνητές του Εργαστηρίου Γενετικής και Περιβαλλοντικής Επιδημιολογίας του Καθολικού Πανεπιστημίου του Καμπομπάσο, με επικεφαλής την Μαριαλάουρα Μπονάτσιο και τον Τζιοβάνι ντε Γκαετάνο, που έκαναν τη σχετική δημοσίευση στο βρετανικό ιατρικό περιοδικό «British Medical Journal-BMJ Open», ανέλυσαν στοιχεία από 13.000 ανθρώπους, συσχετίζοντας το εισόδημά τους με τις διατροφικές συνήθειες τους και κυρίως με το πόσο πιστά ακολουθούσαν την μεσογειακή διατροφή. Η έρευνα έδειξε ότι τα άτομα με χαμηλά εισοδήματα ήσαν αυτά που έκαναν τη λιγότερο πιστή μεσογειακή διατροφή, ενώ οι πιο πλούσιοι έτρωγαν πιο μεσογειακά. Τα άτομα υψηλού εισοδήματος είχαν 72% πιθανότητα να ακολουθούν πιστά τις συνήθειες της μεσογειακής δίαιτας, ενώ πολύ μικρότερη ήταν η πιθανότητα για τους φτωχότερους.

Αυτό σημαίνει, όπως είπαν οι Ιταλοί ερευνητές, ότι οι φτωχοί τρέφονται λιγότερο υγιεινά, καθώς καταφεύγουν συχνότερα στο προπαρασκευασμένο φαγητό ή στο «φαστ φουντ», επειδή συχνά είναι φθηνότερα από τα φρέσκα μεσογειακά προϊόντα. Μεταξύ άλλων, σύμφωνα με τους επιστήμονες, η συνέπεια είναι ότι οι φτωχοί στη Μεσόγειο κινδυνεύουν περισσότερο από παχυσαρκία. Η μελέτη διαπίστωσε ποσοστό παχύσαρκων 36% μεταξύ των φτωχών έναντι 20% μεταξύ των εύπορων.

Όπως είπε η Μπονάτσιο, η νέα μελέτη επιβεβαιώνει ότι το ολοένα αυξανόμενο κόστος διατροφής, ακόμα και σε βασικά είδη, που πλήττει τις μεσογειακές χώρες της Ευρώπης, όχι μόνο συμβάλλει στη φτωχοποίηση των ανθρώπων, αλλά και στην επιδημία παχυσαρκίας που εντείνεται κατά τα τελευταία χρόνια.

Ο Γκαετάνο επεσήμανε ότι παρόλο που οι διαφορές εισοδήματος των ατόμων που μελετήθηκαν, δεν ήταν τεράστιες (κυμαίνονταν από καθαρό ετήσιο εισόδημα περίπου 10.000 ευρώ έως λίγο πάνω από 40.000 ευρώ), ήταν αισθητές οι διαφορές στις διατροφικές συνήθειες μεταξύ των ανθρώπων και οι συνέπειες για την υγεία τους. Όπως είπε, το θέμα είναι σοβαρό και πρέπει να πυροδοτήσει, εν μέσω της οικονομικής κρίσης, ένα δημόσιο διάλογο για τη δυνατότητα των ανθρώπων να έχουν πρόσβαση σε υγιεινές τροφές και όχι απλώς σε οποιοδήποτε τροφές, αρκεί να είναι φθηνές.

«Το να προσκομίζουμε συνεχώς αποδείξεις για τα οφέλη της Μεσογειακής διατροφής, δεν πρέπει να είναι πια η μόνη μας μέριμνα. Πρέπει επίσης να εξασφαλίσουμε ότι ο καθένας έχει την ευκαιρία να εκμεταλλευθεί όντως αυτά τα οφέλη», υπογράμμισε ο Ιταλός ερευνητής.

ΠΗΓΗ: Καθημερινή

## Παρατηρήσεις

A. Να αναπτύξετε την περίληψη του άρθρου.

B1. «Το να προσκομίζουμε συνεχώς αποδείξεις για τα οφέλη της Μεσογειακής διατροφής, δεν πρέπει να είναι πια η μόνη μας μέριμνα. Πρέπει επίσης να εξασφαλίσουμε ότι ο καθένας έχει την ευκαιρία να εκμεταλλευθεί όντως αυτά τα οφέλη». Να σχολιάσετε την άποψη σε μια παράγραφο 120 λέξεων.

B2. Να βρείτε συνώνυμα και αντώνυμα για τις υπογραμμισμένες λέξεις.

B3. Να βρείτε τα δομικά μέρη και τον τρόπο ανάπτυξης της 3ης παραγράφου

Γ. Να γράψετε μια ομιλία που θα εκφωνήσετε στο σχολείο σας παρουσιάζοντας τα προβλήματα που σχετίζονται με τη διατροφή του ανθρώπου, εστιάζοντας στους νέους που έχουν απομακρυνθεί πλέον απόλυτα από την παραδοσιακή και μεσογειακή διατροφή μας. (450-500 λέξεις)

## Ευεργετική για την ψυχική υγεία η κατανάλωση φρούτων

Αν ένα μήλο τη μέρα το γιατρό τον κάνει πέρα, η κατανάλωση επτά μερίδων φρούτων και λαχανικών καθημερινά αυξάνει την ψυχική υγεία και το αίσθημα ευτυχίας των ανθρώπων, σύμφωνα με μια νέα βρετανική μελέτη.

Οι ερευνητές από το πανεπιστήμιο Γουόργουικ της Βρετανίας και το Κολλέγιο Ντάρτμουθ των ΗΠΑ, που έκαναν τη σχετική δημοσίευση στο περιοδικό κοινωνικών ερευνών «Social Indicators Research», μελέτησαν τις διατροφικές συνήθειες 80.000

ανθρώπων και συσχέτισαν το είδος της διατροφής με τα συναισθήματα λιγότερης ή περισσότερης ευεξίας που ένιωθαν αυτοί οι άνθρωποι.

Η μελέτη κατέληξε στο συμπέρασμα ότι η ψυχική υγεία αυξάνει με τον αριθμό των φρούτων και λαχανικών που τρώει κανείς και φαίνεται να κορυφώνεται στις επτά μερίδες κάθε μέρα. Υπενθυμίζεται ότι οι ειδικοί συστήνουν την κατανάλωση πέντε μερίδων φρούτων και λαχανικών ως προστασία για την καρδιά και τον καρκίνο. Με δύο ακόμα μερίδες, σύμφωνα με τη νέα μελέτη, προστατεύει κανείς επίσης την ψυχική και νοητική ισορροπία του.

Με δεδομένο ότι υπάρχουν αρκετοί άνθρωποι που τρώνε από ελάχιστα έως καθόλου φρούτα και λαχανικά, η νέα έρευνα δείχνει ότι χάνουν όχι μόνο από άποψη σωματικής, αλλά και ψυχικής υγείας. Η μελέτη πάντως δεν υπεισήλθε σε λεπτομέρειες για το αν κάποια συγκεκριμένα είδη φρούτων και λαχανικών έχουν μεγαλύτερο όφελος σε σχέση με τα υπόλοιπα. Σημειωτέον ότι ως μια μερίδα θεωρείται ποσότητα περίπου 80 γραμμαρίων.

Η καθηγήτρια της Σχολής Δημόσιας Υγείας της Ιατρικής Σχολής του βρετανικού πανεπιστημίου Σάρα Στιούαρτ-Μπράουν δήλωσε έκπληκτη από τη δύναμη που φαίνεται να έχουν τα φρούτα και λαχανικά και επεσήμανε ότι οι ερευνητές που ασχολούνται με τα ζητήματα της ανθρώπινης ευημερίας και ευτυχίας, έχουν μάλλον αγνοήσει έως τώρα αυτόν τον παράγοντα. Πρόσθεσε πάντως ότι πολλά μένουν να κατανοηθούν για τους μηχανισμούς μέσω των οποίων η συγκεκριμένη διατροφή επιδρά θετικά όχι μόνο σωματικά αλλά και ψυχο-νοητικά.

ΠΗΓΗ: Εφημερίδα Καθημερινή

## Παρατηρήσεις

A. Να αναπτύξετε την περίληψη του άρθρου.

B1. . Να βρείτε συνώνυμα και αντώνυμα για τις υπογραμμισμένες λέξεις.

B2. «Με δεδομένο ότι υπάρχουν αρκετοί άνθρωποι που τρώνε από ελάχιστα έως καθόλου φρούτα και λαχανικά, η νέα έρευνα δείχνει ότι χάνουν όχι μόνο από άποψη σωματικής, αλλά και ψυχικής υγείας» Να σχολιάσετε τη φράση σε μία παράγραφο με παραδείγματα.

B3. Να βρείτε τα δομικά μέρη και τον τρόπο ανάπτυξης της 1ης παραγράφου

Γ. Να γράψετε μια ομιλία που θα εκφωνήσετε στο σχολείο σας με θέμα «Η υγεία των νέων σήμερα». Στην ομιλία σας να παρουσιάσετε την υγεία των σημερινών νέων στη χώρα μας και τη στάση που οφείλει να υιοθετήσουν οι ίδιοι ώστε να περιορίσουν τους κινδύνους αυτούς. Το κείμενό σας να έχει έκταση 500 λέξεων.

# Κεφάλαιο 3

## Γλωσσικές παρατηρήσεις

### 3.1.1. Λόγιες λέξεις που συναντώνται σε δοκίμια

**αγελαίος** : ο της αγέλης, ο κοινός

**άγρα** : το κυνήγι, η θήρα.

**αδιάλειπτος** : συνεχής

**άεναος** : συνεχής, αιώνιος.

**άτεγκτος** : σκληρός, αμείλικτος.

**αδαής** : άπειρος, αυτός που έχει άγνοια.

**άδηλος** : ασαφής, άγνωστος, ο μη φανερός.

**αδημονία** : στενοχώρια, αγωνία, θλίψη.

**αδήριτος** : ακαταμάχητος.

**αδιαφιλονίκητος** : αδιαμφισβήτητος.

**άδυτο** : το μέρος που δεν επιτρέπεται η διείσδυση.

**αήθης** : ασυνήθης, παράδοξος.

**αθυροστομία** : αναιδής και χωρίς προσχήματα ομιλία.

**άμουσος** : αυτός που δεν γνωρίζει μουσική, ο ανάρμοστος.

**ακροθιγώς** : επιπόλαια.

**αναδύεται** : ξεπροβάλλει (π.χ. το εξής φαινόμενο).

**αναφύεται** : ξεφυτρώνει, παρουσιάζεται (π.χ. το πρόβλημα).

**αλκή** : δύναμη.

**αλώβητος** : ακέραιος, αβλαβής.

**αμβλύνω** : αδυνατίζω, εξασθενίζω.

**άμεμπτος** : άψογος.

**Προσοχή στους τύπους :**

- απαθανατίζω (όχι : αποθανατίζω...)
- απογοητεύω (όχι : απαγοητεύω...)
- κοινοτοπία (λάθος το : κοινοτυπία)
- στενοχώρια (στεναχώρια, πιο λαϊκό)
- συνάγεται συμπεράσμα (όχι εξάγεται ...)
- να επιστήσω την προσοχή (όχι : να εφιστήσω)
- αντεπεξέρχομαι (όχι : ανταπεξέρχομαι)
- παρεπιπτόντως (όχι : παρεπιπτόντως)
- να προαγάγω (συνοπτικά στο μέλλον· όχι : προαγάγω ενεστωτικά)
- να βάλω (συνοπτικά στο μέλλον· όχι : να βάλλω – εκτός αν πρέπει συνεχώς να προβάλλω κάτι...)
- συνονθύλευμα (όχι : συνοθύλευμα)
- νιώθω (όχι : νοιώθω)
- τρένο (όχι : τραίνο)
- ανώτερος, κατώτερος, απώτερος, (με -ω- , ενώ όλα τα άλλα σε -ότερος γράφονται με -ο- )
- μετοχές σε -οντας (με -ο- που δεν τονίζεται) και σε -ώντας (με -ω- που τονίζεται)
- δουλειά (όχι δουλιά)
- έδωσα, θα δώσω (αλλά παθητικό : δόθηκα, δεδομένος)
- καινούριος (όχι : καινούργιος)
- κτλ. (όχι : κ.τ.λ.)
- καμιά (όχι : καμμιά)
- αντικρίζω (όχι : αντικρύζω)
- καλύτερος (όχι : καλλίτερος)
- εκτός ( όχι : εκτός, όπως : καλώς, σαφώς ...)
- όσο αφορά (όχι : οσαναφορά, ούτε : ως αναφορά)

**3.1.4. Γλωσσικές Ασκήσεις****Συνώνυμα- Αντώνυμα- Παράγωγα- Ομόρριζα**

1. Προσπαθήστε να δώσετε συνώνυμα ή ισοδύναμες εκφράσεις και αντώνυμα

	<b>Συνώνυμα</b>	<b>Αντώνυμα</b>
<b>Επώδυνος</b>		
<b>Ανέφικτος</b>		
<b>Νοητικές διεργασίες</b>		
<b>Ψυχική- διανοητική επαγρύπνιση</b>		
<b>Επαγρύπνιση</b>		
<b>Ληθαργική κατάσταση</b>		
<b>Απαγκίστρωση</b>		
<b>Συνειδησιακός έλεγχος</b>		
<b>Βιολογικές μονάδες- ηθικές οντότητες</b>		
<b>Μαζανθρωποίηση</b>		



# Κεφάλαιο 4

## Κριτήρια αξιολόγησης

### 1<sup>ο</sup> Κριτήριο Αξιολόγησης - Τα γλωσσικά ιδιώματα των νέων

Όπως οι νέοι κάθε εποχής έτσι και οι σημερινοί έχουν το δικό τους τρόπο έκφρασης. Μια γλώσσα ιδιόμορφη, ακαταλαβίστικη για τους μεγάλους, ρευστή (αφού μεταλλάσσεται διαρκώς ενστερνιζόμενη καινούρια αυθαίρετα γλωσσικά ευρήματα και νεολογισμούς), τολμηρή, έως και υβριστική στα αυτιά των συντηρητικότερων αμύητων, που γίνεται συχνά θέμα δημόσιας συζήτησης. Μια συζήτηση που ανοίγει παλιές πληγές (το γλωσσικό πρόβλημα) και τρέφει κινδυνολογίες (η γλώσσα μας απειλείται!). Πόσο πραγματικά απειλείται; Ή μάλλον, ποια είναι αυτή η πολυσυζητημένη γλώσσα των νέων; Ποια είναι τα χαρακτηριστικά της, ο χώρος της, η διάρκεια ζωής της;

Η σημερινή νεολαία, ζώντας από τα τέλη της δεκαετίας του '80 στον αστερισμό των προτύπων που επιβάλλουν το ραδιόφωνο, η τηλεόραση και τα περιοδικά ποικίλης ύλης, καταρχήν υιοθετεί έναν αποσπασματικό τρόπο ομιλίας, γεμάτο με ξενόγλωσσες εκφράσεις και εκείνη την εφηβική προκλητικότητα και διάθεση για αμφισβήτηση των «κατεστημένων» του κόσμου των μεγάλων. «Αργκό light» θα μπορούσαμε να χαρακτηρίσουμε, ακολουθώντας το πνεύμα των καιρών, τη μοντέρνα γλώσσα που ακούγεται στα στέκια του νεαρόκοσμου της Αθήνας. Το νέο κώδικα επικοινωνίας των

**Θέματα:**

**A.** Να γράψετε στο τετράδιό σας την περίληψη του κειμένου (120-130 λέξεις).

**B1.** «Οι σημερινοί νέοι ζουν σαν μεγάλοι, όσον αφορά τις σχέσεις τους και τις ασχολίες τους (π.χ. ελεύθερος έρωτας, νυχτερινή ζωή, διακοπές, αυτοκίνητα, μοτοσικλέτες κ.λ.π.), παρόλο που δεν έχουν την οικονομική αυτάρκεια. Έτσι δεν «προλαβαίνουν» να υπάρξουν μαθητές»: να αναπτύξετε με κριτικό τρόπο σε μία παράγραφο το περιεχόμενο της παραπάνω διαπίστωσης.

**B2.** Να βρείτε λέξεις /φράσεις που αποκαλύπτουν την οπτική γωνία του αρθρογράφου.

**B3.** Στην πρώτη παράγραφο ο αρθρογράφος θέτει ορισμένα ερωτήματα. Τι εξυπηρετεί η χρήση τους;

**B4.**

α. Να βρείτε δύο λέξεις από την πρώτη παράγραφο, οι οποίες χρησιμοποιούνται συνυποδηλωτικά.

β. αποστασιοποιούμαι, νεολογισμός: να χρησιμοποιήσετε τις παραπάνω λέξεις σε δικές σας προτάσεις, ώστε να φαίνεται καθαρά η σημασία τους.

**Γ.**

α) Πού οφείλονται οι παραβιάσεις των γλωσσικών κανόνων από τους νέους;

β) Πιστεύετε πως η νεανική ιδιόλεκτος είναι κατώτερης ποιότητας γλωσσικός κώδικας, όπως ισχυρίζονται μερικοί; Στα παραπάνω ερωτήματα, που σας θέτει ένας δημοσιογράφος, καλείστε να απαντήσετε στο πλαίσιο αφιερώματος μιας εφημερίδας για τη «γλώσσα» των σημερινών νέων. Το κείμενό σας να έχει τη μορφή άρθρου (400 λέξεις).

## 5ο Κριτήριο Αξιολόγησης - Η σημασία της οικογένειας

Τα παιδιά που μεγαλώνουν σε παραδοσιακές και ευτυχισμένες οικογένειες, έχοντας κοντά τους και τους δύο γονείς τους και τρώγοντας τακτικά μαζί τους, είναι πιθανότερο να έχουν αργότερα ευτυχισμένες ζωές, σύμφωνα με μια νέα βρετανική επιστημονική έρευνα. Μια δεύτερη μελέτη, όμως, συμπέρανε ότι οι ευτυχισμένοι έφηβοι μπορεί να γίνονται πιο χαρούμενοι ενήλικοι, αλλά κινδυνεύουν περισσότερο να χωρίσουν!

Η πρώτη μελέτη, από ερευνητές των πανεπιστημίων Έσεξ, Οξφόρδης, Γουόργουικ και Σάρεϊ, μελέτησε περίπου 100.000 ανθρώπους σε 40.000 νοικοκυριά στο πλαίσιο της μεγάλης έρευνας «Κατανοώντας την Κοινωνία» και -όπως αναφέρει η βρετανική «Τέλεγκραφ» - κατέληξε στο συμπέρασμα ότι να τρώει ένα παιδί μαζί με την οικογένειά του, τουλάχιστον τρεις φορές την εβδομάδα, αποτελεί παράγοντα-κλειδί για τη δημιουργία στενών δεσμών με τους γονείς του.

Η μελέτη επιβεβαίωσε την κεντρική σημασία της παραδοσιακής οικογενειακής μονάδας για την ανάπτυξη των παιδιών και την ισορροπία τους όταν μεγαλώσουν. Μεταξύ άλλων, επίσης, διαπιστώθηκε ότι τα παντρεμένα ζευγάρια είναι πιο πιθανό να είναι ευτυχισμένα από τη σχέση τους, σε σχέση με τα ανύπαντρα, καθώς επίσης ότι η κατάρρευση μιας οικογένειας (π.χ. λόγω χωρισμού των γονέων) κάνει περισσότερο κακό στο παιδί και από το να ζει στη φτώχεια. «Το να μη ζει και με τους δύο φυσικούς γονείς του ένα παιδί, έχει μεγαλύτερη αρνητική επίδραση για τον βαθμό ικανοποίησης στη μετέπειτα ζωή του, ακόμα και από την υλική κατάσταση που βρίσκεται», σύμφωνα με την έρευνα.

Η μελέτη ακόμα διαπίστωσε ότι «οι σχέσεις μεταξύ των ίδιων των γονιών και με τα παιδιά τους είναι σημαντικές για τη νοητική και συναισθηματική ανάπτυξη των τελευταίων και για τη σταθερότητα των οικογενειών». Ακόμα, τονίζει ότι «τα παιδιά είναι πιο ευτυχισμένα με την οικογενειακή κατάστασή τους, αν οι γονείς είναι ευτυχισμένοι με τη σχέση που οι ίδιοι έχουν μεταξύ τους» .

Ακόμα, από την έρευνα προκύπτει ότι είναι ζωτικό για την ευημερία των παιδιών να μπορούν να συζητούν τα σημαντικά θέματα που τους απασχολούν, με τουλάχιστον ένα μέλος της οικογένειάς τους, καθώς επίσης να μην λογομαχούν κάθε λίγο και λιγάκι με τους γονείς τους και με τα αδέρφια τους.

«Ακόμα και ένα γεύμα ή ένα δείπνο από κοινού με όλη την οικογένεια είναι σημαντικό», υπογραμμίζουν οι ερευνητές και αναφέρουν ότι τα παιδιά που τρώνε συχνά μαζί με τους γονείς τους, δηλώνουν πολύ συχνότερα ότι είναι ευτυχισμένα, σε σχέση με όσα παιδιά δεν τρώνε ποτέ μαζί με την οικογένειά τους ή τρώνε μαζί λιγότερες από τρεις φορές την εβδομάδα.

Σε μια άλλη έρευνα, από ερευνητές του πανεπιστημίου Κέμπριτζ, που δημοσιεύτηκε στο περιοδικό θετικής ψυχολογίας «Journal of Positive Psychology», διαπιστώθηκε ότι όσοι νέοι μεγάλωσαν ευτυχισμένοι στην οικογένειά τους, είναι 60% λιγότερο πιθανό να υποφέρουν από ψυχικά προβλήματα αργότερα και επίσης έχουν καλύτερη απόδοση στις σπουδές και στην εργασία τους. Από την άλλη είναι και πιθανότερο να χωρίσουν. Πιο συγκεκριμένα, η έρευνα, που αφορούσε περίπου 2.800 άτομα, βρήκε ότι όσα παιδιά είχαν ωραία σχέση με τους γονείς τους, είχαν και υψηλότερα επίπεδα ευημερίας και ικανοποίησης στην μετέπειτα ζωή τους, μεγαλύτερη ευχαρίστηση από τη δουλειά τους και περισσότερους φίλους. Παράλληλα, όμως, ήταν πιθανότερο να καταλήξουν χωρισμένοι. Μια πιθανή εξήγηση, κατά τους ερευνητές, είναι ότι επειδή έχουν μεγαλύτερη αυτοπεποίθηση και αυτοεκτίμηση, τους είναι ευκολότερο να εγκαταλείψουν μια σχέση που δεν τους ικανοποιεί.

(άρθρο δημοσιευμένο στην εφημερίδα Η Καθημερινή, την 1-3-2011)

## Ερωτήσεις

6. Να γραφεί η περίληψη του παραπάνω κειμένου.( 100 λέξεις)
7. Η έρευνα συνδέει τις καλές σχέσεις μεταξύ των μελών μιας οικογένειας με τη νοητική ανάπτυξη των παιδιών. Πιστεύετε ότι αυτή η διαπίστωση είναι ορθή; Να αιτιολογήσετε την άποψή σας.
8. << τα παιδιά είναι πιο ευτυχισμένα με την οικογενειακή τους κατάσταση, αν οι γονείς είναι ευτυχισμένοι με τη σχέση που οι ίδιοι έχουν μεταξύ τους.>>: να σχολιάσετε αυτήν τη φράση.
9. Με ποια συλλογιστική πορεία αναπτύσσεται το κείμενο;
10. (α) Να ετυμολογηθούν οι υπογραμμισμένες λέξεις του κειμένου: οικογένεια, παραδοσιακή, κατάσταση.

# Βιβλιογραφία

## Βιβλία

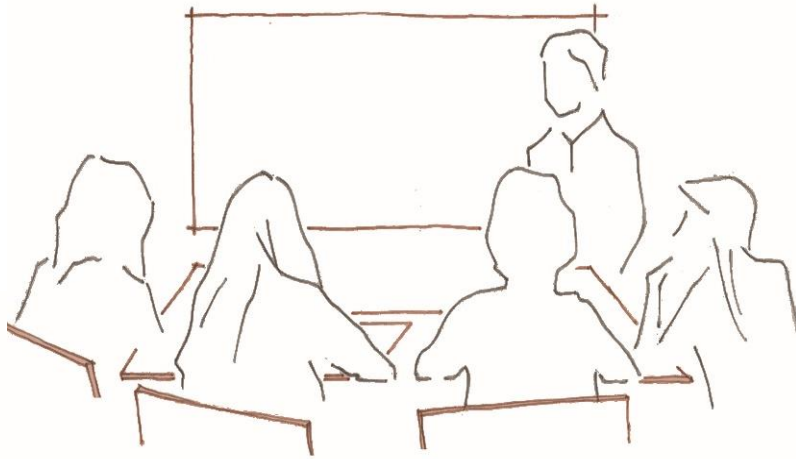
1. Α. Καραγεωργίου, «Έκθεση-Έκφραση Α λυκείου», εκδόσεις Σαββάλας, 1999.
2. Γ. Δημακόπουλος, Ν. Καζάζη, Ν. Παπασταμέλου, « Η έκθεση ιδεών από το Α ως το ΩΣ», εκπαιδευτήρια Κωστέα –Γείτονα, 1998.
3. Γ. Δημακόπουλος, «Εκθέσεις Λυκείου–Ανεπτυγμένα θέματα», εκδόσεις Gutenberg, Αθήνα 2004.
4. Δ. Λούζος, Γ. Μπατζίνιας, «Έκφραση-Έκθεση για το ενιαίο λύκειο», εκδόσεις Ζήτη, 2011.
5. Η.Κ., Δημάκου, Π.Θ. Κυριαζοπούλου, «Συμβολή στη διδασκαλία των εκθέσεων Λυκείου, Προβληματισμοί», σειρά της γ' έκδοσης, Ι. Βασιλείου, Αθήνα 2004.
6. Σ.Κ., Κούτρας, «Πειστικός Λόγος», εκδόσεις Σαββάλα, 1998.
7. Υπουργείο Εθνικής Παιδείας και Θρησκευμάτων, κέντρο εκπαιδευτικής έρευνας, αξιολόγηση των μαθητών της Α λυκείου στη Νεοελληνική Γλώσσα, Αθήνα 2005.

## Λεξικά

8. Ελληνικό λεξικό Τεγόπουλος-Φυτράκης
9. Λεξικό της νέας ελληνικής γλώσσας Γ. Μπαμπινιώτης.
10. Μεξικό της κοινής Νεοελληνικής γλώσσας, Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης, - Ινστιτούτο Νεοελληνικών σπουδών, Ίδρυμα Μαν. Τριανταφυλλίδη.

## Εφημερίδες

- Το Βήμα
- Τα Νέα
- Η Καθημερινή



ΦΡΟΝΤΙΣΤΗΡΙΑ ΜΕΣΗΣ & ΑΝΩΤΑΤΗΣ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ

Ε. ΣΤΟΓΙΑΝΝΗΣ

Ασπασίας 76-78, Χολαργός Τηλ. 210 6512099

e-mail: [stogiannis@stogiannis.edu.gr](mailto:stogiannis@stogiannis.edu.gr)

[www.stogiannis.edu.gr](http://www.stogiannis.edu.gr)

