

ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΠΑΙΔΕΙΑΣ, ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ ΚΑΙ ΝΕΟΛΑΙΑΣ

ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ ΜΕΣΗΣ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ

ΕΝΙΑΙΕΣ ΤΕΛΙΚΕΣ ΠΡΟΑΓΩΓΙΚΕΣ ΓΡΑΠΤΕΣ ΕΞΕΤΑΣΕΙΣ 2024-2025

Α΄ ΤΑΞΗΣ ΓΥΜΝΑΣΙΟΥ

ΗΜΕΡΟΜΗΝΙΑ:

ΕΞΕΤΑΖΟΜΕΝΟ ΜΑΘΗΜΑ: ΝΕΑ ΕΛΛΗΝΙΚΑ

Β΄ ΣΕΙΡΑ

ΚΩΔΙΚΟΣ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ: 1Α

ΣΥΝΟΛΙΚΗ ΔΙΑΡΚΕΙΑ ΓΡΑΠΤΗΣ ΕΞΕΤΑΣΗΣ ΝΕΩΝ ΕΛΛΗΝΙΚΩΝ: 135 λεπτά

ΤΟ ΕΞΕΤΑΣΤΙΚΟ ΔΟΚΙΜΙΟ ΑΠΟΤΕΛΕΙΤΑΙ ΑΠΟ ΕΞΙ (6) ΣΕΛΙΔΕΣ

ΟΔΗΓΙΕΣ (για τους εξεταζόμενους)

1. Στο εξώφυλλο του τετραδίου απαντήσεων να συμπληρώσετε όλα τα κενά με τα στοιχεία που ζητούνται.
2. **Να απαντήσετε ΟΛΑ τα ερωτήματα.**
3. **Να μην αντιγράψετε τα θέματα** στο τετράδιο απαντήσεων.
4. Να μη γράψετε πουθενά στις απαντήσεις σας **το όνομά σας**.
5. Να απαντήσετε στο τετράδιό σας σε όλα τα θέματα **μόνο με μπλε πένα ανεξίτηλης μελάνης**. Μολύβι επιτρέπεται, μόνο αν το ζητάει η εκφώνηση και μόνο για πίνακες, διαγράμματα κ.λπ.
6. Απαγορεύεται η χρήση διορθωτικού υγρού ή διορθωτικής ταινίας.

Διατροφή για άριστη επίδοση στο σχολείο

Η απόδοση του μαθητή στο σχολείο δεν εξαρτάται μόνο από το πόσο καλά έχει διαβάσει. Εξίσου σημαντικό ρόλο παίζει και η σωστή διατροφή. Νηστικό αρκούδι δεν ... γράφει καλά στις εξετάσεις! Οι γενικές αρχές που θα πρέπει να διέπουν τις διατροφικές συνήθειες του μαθητή δεν διαφέρουν σημαντικά από αυτές που θα πρέπει να ακολουθούμε όλοι μας. Απλώς, για τα παιδιά μικρές λεπτομέρειες έχουν μεγαλύτερη σημασία. Τι θα πρέπει, λοιπόν, να προσέξει ένας μαθητής (και οι γονείς του);

Καταρχάς, το πρωινό. Μετά τη βραδινή αποχή από το φαγητό, οι αποθήκες ενέργειας του οργανισμού έχουν σχεδόν αδειάσει. Ο εγκέφαλος χρειάζεται άμεσα τροφή για την παροχή ενέργειας και απαραίτητων για τη λειτουργία του θρεπτικών συστατικών. Πολλές μελέτες επιβεβαιώνουν ότι τα παιδιά που τρώνε ένα πλήρες και θρεπτικό πρωινό παρουσιάζουν μεγαλύτερη εγρήγορση για σκέψη και ικανότητα μάθησης, έχουν καλύτερη συμπεριφορά στην τάξη, δεν κουράζονται εύκολα και διατηρούν την απόδοση τους σε υψηλά επίπεδα μέχρι το μεσημέρι. Παράλληλα, η συστηματική λήψη πρωινού μειώνει το άγχος, τη μελαγχολία και τη συναισθηματική κατάθλιψη.

Τι θα πρέπει να περιέχει ένα πρωινό; Ενδείκνυται να περιέχει τρόφιμα τουλάχιστον από δύο διαφορετικές ομάδες τροφίμων. Ιδανικά, θα μπορούσε να είναι «πλήρες», συνδυάζοντας τρόφιμα από την ομάδα του αμύλου (δημητριακά, ψωμί ή φρυγανιές, κατά προτίμηση ολικής άλεσης), της πρωτεΐνης (γάλα, ξινόγαλα, γιαούρτι, αυγό, τυρί, ζαμπόν, γαλοπούλα) και φρέσκα φρούτα (ή χυμό) ή λαχανικά. Καθώς ως γονείς μπορείτε να δώσετε το καλό παράδειγμα, φροντίστε να διαθέσετε χρόνο για ένα πρωινό γεύμα με όλα τα μέλη της οικογένειας στο τραπέζι! Μπορεί για παράδειγμα να χρειαστεί να ξυπνήσετε 15 λεπτά νωρίτερα, και να εμπλέξετε και τα παιδιά στην προετοιμασία του.

Τι άλλο πρέπει να προσέχει ο μαθητής; Σωστή κατανομή γευμάτων κατά τη διάρκεια της ημέρας. Ο εγκέφαλος χρειάζεται συνεχή ροή από «καύσιμα» για να μπορέσει να λειτουργήσει σωστά. Τα καύσιμα αυτά, με τη μορφή της γλυκόζης, προέρχονται από την τροφή αλλά και από αποθήκες ενέργειας του οργανισμού. Για να μπορεί ο οργανισμός να παρέχει την απαραίτητη ποσότητα γλυκόζης στον εγκέφαλο, ο μαθητής θα πρέπει να τρώει ένα γεύμα ή σνακ κάθε 3 - 4 ώρες, κατά τη διάρκεια της ημέρας.

[...]

Διασκευή

Δάφνη Κυριάκου, Διαιτολόγος - Διατροφολόγος

Πηγή: <https://eyzhn.edu.gr/diet-for-excellent-school-performance/>

Ημερομηνία ανάρτησης: 06/06/2023

A.I. ΚΑΤΑΝΟΗΣΗ ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΟΥ ΚΑΙ ΜΟΡΦΗΣ

(ΜΟΝΑΔΕΣ 30)

A.I.1. Να αναφέρετε το επικοινωνιακό πλαίσιο (πομπός, δέκτης, σκοπός του συντάκτη) του Κειμένου.

(μονάδες 3)

A.I.2. Να εντοπίσετε και να καταγράψετε **δύο (2)** στοιχεία της σωστής διατροφής που βοηθούν στη σχολική απόδοση.

(μονάδες 3)

A.I.3. α. Να γράψετε σε ποιο κειμενικό είδος ανήκει το πιο πάνω Κείμενο.

β. Να δικαιολογήσετε την απάντησή σας και να την τεκμηριώσετε με **ένα (1)** στοιχείο από το Κείμενο.

(μονάδες 3)

A.I.4. Να δηλώσετε, αν το περιεχόμενο των πιο κάτω προτάσεων είναι «ΟΡΘΟ» ή «ΛΑΝΘΑΣΜΕΝΟ» γράφοντας στο τετράδιο των απαντήσεών σας «Ο» ή «Λ» αντίστοιχα.

α. Η απόδοση του μαθητή εξαρτάται αποκλειστικά από το διάβασμα.

β. Το πρωινό βοηθά τον εγκέφαλο να λειτουργήσει καλύτερα.

γ. Δεν έχει σημασία αν το πρωινό περιλαμβάνει μόνο μία ομάδα τροφίμων.

δ. Είναι καλό οι γονείς να συμμετέχουν στην προετοιμασία του πρωινού.

(μονάδες 2)

A.I.5. Να καταγράψετε τη θεματική πρόταση και **μία (1)** πρόταση λεπτομέρεια από την τρίτη (3^η) παράγραφο του Κειμένου.

(μονάδες 3)

A.I.6. Να αναγνωρίσετε συντακτικά τους υπογραμμισμένους όρους των πιο κάτω προτάσεων:

α. «... τα παιδιά που τρώνε ένα πλήρες και θρεπτικό πρωινό ...»

β. «... ως γονείς μπορείτε να δώσετε το καλό παράδειγμα ...»

γ. «Τι άλλο πρέπει να προσέχει ο μαθητής;»

(μονάδες 4)

A.I.7. «Μετά τη βραδινή αποχή από το φαγητό, οι αποθήκες ενέργειας του οργανισμού έχουν σχεδόν αδειάσει. Ο εγκέφαλος χρειάζεται άμεσα τροφή για την παροχή ενέργειας ...»

α. Να γράψετε τον χρόνο στον οποίο βρίσκεται το καθένα από τα υπογραμμισμένα ρήματα του πιο πάνω αποσπάσματος.

β. Να μετατρέψετε τα υπογραμμισμένα ρήματα στον Αόριστο, διατηρώντας το πρόσωπο, τον αριθμό και τη φωνή.

(μονάδες 4)

A.I.8. Να μεταφέρετε τα πιο κάτω υπογραμμισμένα ονοματικά σύνολα στην ίδια πτώση του άλλου αριθμού:

α. «... απαραίτητων για τη λειτουργία του θρεπτικών συστατικών.»

β. «... η συστηματική λήψη πρωινού μειώνει το άγχος ...»

(μονάδες 4)

A.I.9. Να γράψετε **ένα (1)** παράγωγο ουσιαστικό και **ένα (1)** παράγωγο επίθετο που προέρχονται από το ρήμα «γράφει».

Να αντιγράψετε στο τετράδιο απαντήσεων τον ακόλουθο πίνακα και να τον συμπληρώσετε κατάλληλα.

Παράγωγο ουσιαστικό	Παράγωγο επίθετο

(μονάδες 2)

A.I.10. Να γράψετε **ένα (1)** αντίθετο για καθεμιά από τις παρακάτω υπογραμμισμένες λέξεις:

α. «... σημαντικό ρόλο παίζει και η σωστή διατροφή.»

β. «... η συστηματική λήψη πρωινού μειώνει το άγχος ...»

(μονάδες 2)

A.II. ΠΑΡΑΓΩΓΗ ΓΡΑΠΤΟΥ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑΚΟΥ ΛΟΓΟΥ

(ΜΟΝΑΔΕΣ 40)

Ο φίλος / η φίλη σας αποφάσισε πρόσφατα να ακολουθήσει έναν πιο υγιεινό τρόπο ζωής και να προσέχει τη διατροφή του / της. Να του / της γράψετε μια επιστολή, στην οποία **θα περιγράψετε ένα υγιεινό πρόγραμμα διατροφής μέσα στη μέρα** και **θα εξηγείτε δύο (2) οφέλη** που μπορεί να προκύψουν από αυτό για την υγεία του / της.

(έκταση: τουλάχιστον 200 λέξεις)

Σημείωση: Δεν επιτρέπεται να αναφέρετε το ονοματεπώνυμό σας ή οποιοδήποτε άλλο στοιχείο, το οποίο μπορεί να αποκαλύψει την ταυτότητά σας.

Ι. ΔΙΔΑΓΜΕΝΟ ΚΕΙΜΕΝΟ**Δημοτικό τραγούδι, «Η πάλη του Διγενή με τον Χάροντα»**

Ο Χάρος μαύρα 'φόρησεν, μαύρον¹ καβαλλιτζεύκει,
 χρυσόν σπαθίν εζώστηκεν τζαι πά' στο παναῦριν.
 Δικλά² 'πό 'τζει, δικλά 'πό δα, θωρεί έναν περβόλιν,
 τζαι ήσαν άρκοντες πολλοί τραπεζοκαθισμένοι.
 Σαν είδασιν τον Χάρονταν, στέκουνται τζαι λαλούν του:
 -«Καλώς ήρτεν ο Χάροντας να φά', να πκιεί μιτά μας,
 να φάει άγριν³ του λαού, να φά' οφτόν περτίτζιν,⁴
 να φά' αρκοτζεράμιον,⁵ που τρων αντρειωμένοι,
 να πκiei γλυκόποτον κρασίν, που πίννουν φημισμένοι,
 τζαι που το πίννουν άρωστοι τζαι βρέθονται γιαμμένοι⁶».
 Τζαι πολοάται ο Χάροντας τζαι λέει τζαι λαλεί τους:
 -«Εν ήρτα 'γιώ ο Χάροντας να φά', να πκιω μιτά σας,
 παρά 'ρτα 'γιώ ο Χάροντας να πάρω τον καλόν σας».
 -«Παρακαλούμεν, Χάροντα, πκοιός είναι ο καλός μας;»
 -«Έναν κοντόν κοντούτσικον τζαι χαμηλοβρακάτον,⁷
 ένι τζαι αναρκοδόντικον⁸ τζαι λλίον μουστακάτον».
 Τζει που τ' ακούει ο Διγενής, αρκώθην⁹ τζι' εθυμώθην,
 τζι' επολοήθην Διγενής του Χάροντα τζαι λέει:
 -«Αν με νιτζήσεις, Χάροντα, έπαρε την ψυσήν μου,
 αν σε νιτζήσω, Χάροντα, χάρισ' μου την ζωήν μου».
 Σιερκές σερκές¹⁰ επκιάστηκαν τζι επήαν στην παλιώστραν¹¹
 τζαι τζει χαμαί παλιώννασιν τρία ημερονύχτια.
 Τζει πόπκιαννεν ο Χάροντας τα γαίματα 'πιπούσαν,
 τζει πόπκιαννεν ο Διγενής τα κόκκαλα ελειούσαν.
 Στα τρία ημερονύχτια ο Διγενής νικά τον.
 Τζι επολοήθην Χάροντας τζαι λέει τζαι λαλεί του:
 -«Αλαβροπκιάσ' με,¹² Διγενή, να σε αλαβροπκιάσω».
 Αλαβροπκιάνν' ο Διγενής τζαι σφιχτοπκιάνν' ο Χάρος,
 θυμώννεται τζι' ο Διγενής τζαι σφιχτοπκιάννει Χάρον.
 [...]

Χρίστος Ν. Ταουσιάνης, *Δημοτικά τραγούδια της Κύπρου, τ. Β΄: Δημοτικά τραγούδια του Ριζοκαρπάσου*, Λευκωσία 1987

Λεξιλόγιο:

¹ **μαύρον**: στα δημοτικά τραγούδια το άλογο· ² **δικλά**: κοιτάζει, παρατηρεί· ³ **άγριν**: το τρυφερό κρέας του λαγού· ⁴ **οφτόν περτίτζιν**: περδίκι ψητό στο φούρνο (εκλεκτός μεζές από κυνήγι)·

⁵ **αρκοτζεράμιον**: αγριοκρέμμουδο· ⁶ **γιαμμένοι**: υγιείς· ⁷ **χαμηλοβρακάτος**: αυτός που φορά μακριά βράκα, η οποία φτάνει χαμηλά στα πόδια· ⁸ **αναρκοδόντικον**: με αραιά δόντια·

⁹ **αρκώθην**: αγριέψε· ¹⁰ **σερκές**: χεριές· ¹¹ **παλιώστρα**: παλαιίστρα / παλιώννω: παλεύω·

¹² **αλαβροπκιάσ' με**: πιάσε με ελαφριά

Ερώτηση Β1

Να αναφέρετε και να εξηγήσετε **δύο (2)** στοιχεία του χαρακτήρα του Διγενή που φαίνονται μέσα από τα λόγια και τη συμπεριφορά του. Να τεκμηριώσετε το καθένα με **ένα (1)** στοιχείο από το κείμενο.

(μονάδες 10)

II. ΣΥΓΚΡΙΣΗ ΔΙΔΑΓΜΕΝΟΥ ΜΕ ΑΔΙΔΑΚΤΟ ΚΕΙΜΕΝΟ

ΑΔΙΔΑΚΤΟ ΚΕΙΜΕΝΟ

Δημοτικό τραγούδι, «Χάρος και τσοπάνης¹»

Τρεις αντρειωμένοι λέγανε πως Χάρο δε φοβούνται,
κι ο Χάρος κάπου τ' άκουσε, κάτι πουλί του το 'πε,
και να σου τον κι επρόβαλε στους κάμπους καβαλάρης.
Σαν αστραπή είν' το μάτι του, σαν τη φωτιά η βαφή του,
σα δυο βουνά είν' οι ώμοι του, σαν κάστρι η κεφαλή του,
και πήγε και τους εύρηκε² στην τάβλα³ που γευόνταν:⁴
- Καλώς σας ήύρηκα, άρχοντες, καλώς τα γιοματάτε.⁵
- Καλώς τον, τον κυρ - Χάροντα.
Κάτσε, Χάρο, για να γεφτείς, κάτσε να γιοματίσεις,
να φας τσαπλάνι από λαγούς, στηθάμι⁶ από περδίκια.
Να πιεις τριών χρόνων κρασί, που πίνουν οι αντρειωμένοι.
- Δεν ήρθα εγώ για να γεφτώ, ουδέ να γιοματίσω,
μόν' ήρθα για τα κάλλη σας, που Χάρο δε φοβάστε.
Κανείς και δεν του μίλησε, κανείς δεν του αποκρίθη,
παρά μιανής χήρας υγιός που τον ελέγαν Γιάνη:
- Χάρε, ας παρασαρτάρωμε,⁷ Χάρε, ας παραδιαβούμε⁸
στα μαρμαρένια αλώνια μας.
Σαρτένει⁹ ο νιος, ο νιούτσικος, βγαίνει σαράντα πήχες,¹⁰
σαρτένει κι ο κυρ - Χάροντας, βγαίνει σαρανταπέντε.
Κι οχ¹¹ τα μαλλιά τον άρπαξε, στ' άλογο τότε ρίχνει:
- Άσε με, Χάρο, οχ τα μαλλιά και 'πιάσε μ οχ το χέρι,
κι άσε με σ' όρη, σε βουνά, και ρίξε μου κι ασκέρι,¹²
κι αν δεν πετάξω σαν πουλί, να φύγω σαν πετρίτης,¹³
κόψε μου το κεφάλι μου στην τέντα σου αποκάτου.

Άγις Θέρος, *Τα τραγούδια των Ελλήνων Β'*, εκδόσεις Αετός, Αθήνα 1952, σσ. 166 - 167

Λεξιλόγιο:

¹ τσοπάνης: βοσκός· ² εύρηκε: βρήκε· ³ τάβλα: τραπέζι φαγητού· ⁴ γευόνταν: έτρωγαν·

⁵ γιοματάτε: γευματίζετε· ⁶ στηθάμι: στήθος· ⁷ παρασαρτάρωμε: πηδούμε ψηλά και σε απόσταση· ⁸ παραδιαβούμε: να αναμετρηθούμε· ⁹ σαρτένει: πηδά ψηλά·

¹⁰ πήχες: πήχη: παλαιότερο μέτρο μήκους· ¹¹ οχ: από· ¹² ασκέρι: στράτευμα· ¹³ πετρίτης: είδος γερακιού

Ερώτηση B2 α.

Να περιγράψετε την εξωτερική εμφάνιση του Χάροντα στα πιο πάνω δημοτικά τραγούδια αναφέροντας **δύο (2)** στοιχεία από το καθένα. Να γράψετε **ένα (1)** εκφραστικό μέσο με το οποίο αποδίδεται η εξωτερική του εμφάνισή στο καθένα και να τεκμηριώσετε την απάντησή σας με **ένα (1)** στοιχείο από κάθε δημοτικό τραγούδι.

(μονάδες 10)

Ερώτηση B2 β.

Δύο από τα χαρακτηριστικά του δημοτικού τραγουδιού που εντοπίζονται στα τραγούδια «Η πάλη του Διγενή με τον Χάροντα» και «Χάρος και τσοπάνης» είναι:

- α. η χρήση του συμβολικού αριθμού 3 και
- β. η υπερβολή.

Να τεκμηριώσετε κάθε χαρακτηριστικό με **ένα (1)** στοιχείο από κάθε δημοτικό τραγούδι και να το εξηγήσετε.

(μονάδες 10)

ΤΕΛΟΣ ΕΞΕΤΑΣΤΙΚΟΥ ΔΟΚΙΜΙΟΥ
ΣΑΣ ΕΥΧΟΜΑΣΤΕ ΚΑΘΕ ΕΠΙΤΥΧΙΑ!