

Λύκειο Αρχιεπισκόπου Μακαρίου Γ' Λασούπολη

Σχολική χρονιά: 2024-2025

Αγωγή Υγείας Β'

Ύλη Εξετάσεων Μετάταξης

Θεματική Ενότητα 1: Υγεία, σελ. 7

1.1. Υγεία – το πολυτιμότερο αγαθό

1.2. Δημόσια Υγεία

1.3. Προαγωγή της Υγείας

Θεματική Ενότητα 2: Ο Εαυτός και η Διαμόρφωση Ταυτότητας και Αξιών στην Εφηβεία, σελ.18

2.1. Εαυτός (αυτογνωσία – αυτοεκτίμηση)

2.2. Εφηβεία

2.3. Ψυχική υγεία των εφήβων

2.4. Στρατηγικές θετικής αντιμετώπισης δυσκολιών

2.5. Ενσυναίσθηση

2.7. Διαμόρφωση ταυτότητας

2.8. Αξίες ζωής

Θεματική Ενότητα 3: Υγιείς Σχέσεις, σελ.71

3.2. Χαρακτηριστικά υγιών σχέσεων

3.3. Έμφυλες νόρμες

3.4. Έμφυλη βία

Θεματική Ενότητα 4:: Σεξουαλική και Αναπαραγωγική Υγεία, σελ.91

4.1. Σεξουαλική και αναπαραγωγική υγεία και δικαιώματα

4.2. Σεξουαλικότητα

- 4.3. Εμπορία προσώπων
- 4.4. Φυσιολογία αναπαραγωγικού συστήματος
- 4.5. Αντισύλληψη
- 4.6. Ανεπιθύμητη εγκυμοσύνη
- 4.7. Σεξουαλικά μεταδιδόμενα νοσήματα
- 4.8. Ατομική υγιεινή

Θεματική Ενότητα 5: Ανάπτυξη ασφαλούς και υγιεινού τρόπου ζωής, σελ.157

- 5.1 Φαγητό και υγεία
 - 5.1.2 Οι τροφές ως πηγή ενέργειας
 - 5.1.3 Πρωτεΐνες **ΔΕΝ ΣΥΜΠΕΡΙΛΑΜΒΑΝΕΤΑΙ**: Χορτοφαγική διατροφή και πρόσληψη πρωτεϊνών (189 – 190)
 - 5.1.4 Υδατάνθρακες **ΔΕΝ ΣΥΜΠΕΡΙΛΑΜΒΑΝΕΤΑΙ**: Ο ρόλος των υδατανθράκων στην άσκηση και Ολιγοθερμικές γλυκαντικές ύλες (201 – 202)
 - 5.1.5 Λίπη
 - 5.1.6 Βιταμίνες **ΔΕΝ ΣΥΜΠΕΡΙΛΑΜΒΑΝΕΤΑΙ**: B1, B2, B3, B5, B6, Βιοτίνη, Φυλλικό Οξύ
 - 5.1.7 Ανόργανα Στοιχεία **ΣΥΜΠΕΡΙΛΑΜΒΑΝΕΤΑΙ ΜΟΝΟ**: ΑΣΒΕΣΤΙΟ, ΣΙΔΗΡΟ
 - 5.1.9 Εκπαιδευτικά εργαλεία υγιεινής διατροφής **ΔΕΝ ΣΥΜΠΕΡΙΛΑΜΒΑΝΕΤΑΙ**: Πυραμίδα Υγιεινής Διατροφής, Η «πυραμίδα μου» (my pyramid) (246 – 247)

Θεματική Ενότητα 6: Αγωγή του Καταναλωτή, σελ.265

- 6.1 Αγωγή Καταναλωτή

Θεματική Ενότητα 7: Κυκλοφοριακή Αγωγή, σελ.298

- 7.1 Κώδικας Οδικής Κυκλοφορίας (Κ.Ο.Κ.)
- 7.3 Συνέπειες Ανεύθυνης Οδικής Συμπεριφοράς