



**ΕΞΕΤΑΣΤΕΑ ΥΛΗ ΕΝΙΑΙΑΣ ΤΕΛΙΚΗΣ ΓΡΑΠΤΗΣ ΕΞΕΤΑΣΗΣ
ΑΓΩΓΗΣ ΥΓΕΙΑΣ Β' ΛΥΚΕΙΟΥ
ΣΧΟΛΙΚΗ ΧΡΟΝΙΑ 2024-2025**

Θεματική Ενότητα 1: Υγεία

- 1.1 Υγεία – το πολυτιμότερο αγαθό
- 1.2 Δημόσια Υγεία

Θεματική Ενότητα 2: Ο Εαυτός και η Διαμόρφωση Ταυτότητας και Αξιών στην Εφηβεία

- 2.1 Εαυτός (αυτογνωσία – αυτοεκτίμηση)
- 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

- 3.2. Χαρακτηριστικά υγιών σχέσεων
- 3.3. Έμφυλες νόρμες
- 3.4. Έμφυλη βία

Θεματική Ενότητα 4: Σεξουαλική και Αναπαραγωγική Υγεία

- 4.1 Σεξουαλική και αναπαραγωγική υγεία και δικαιώματα
- 4.5 Αντισύλληψη
- 4.6 Ανεπιθύμητη εγκυμοσύνη
- 4.7 Σεξουαλικά μεταδιδόμενα νοσήματα

Θεματική Ενότητα 5: Ανάπτυξη Ασφαλούς και Υγιεινού Τρόπου Ζωής

- 5.1 Φαγητό και Υγεία
 - 5.1.2 Οι τροφές ως πηγή ενέργειας
 - 5.1.3 Πρωτεΐνες
 - 5.1.4 Υδατάνθρακες
 - 5.1.5 Λίπη
 - 5.1.6 Βιταμίνες **ΠΕΡΙΛΑΜΒΑΝΟΝΤΑΙ**: Οι βιταμίνες Α, D, Ε, Κ, C.
 - 5.1.7 Ανόργανα Στοιχεία **ΠΕΡΙΛΑΜΒΑΝΟΝΤΑΙ**: Ασβέστιο, Σίδηρο, Μαγνήσιο, Ψευδάργυρος
 - 5.1.9 Εκπαιδευτικά εργαλεία υγιεινής διατροφής **ΠΕΡΙΛΑΜΒΑΝΟΝΤΑΙ**: Μοντέλο «Το πιάτο μου», Πυραμίδα Μεσογειακής Δίαιτας
- 5.2 Φυσική δραστηριότητα και υγεία



Θεματική Ενότητα 6: Αγωγή του Καταναλωτή

6.1 Αγωγή Καταναλωτή

6.2 Αγωγή Καταναλωτή και Διαφήμιση

Θεματική Ενότητα 7: Κυκλοφοριακή Αγωγή

7.1 Κώδικας Οδικής Κυκλοφορίας (Κ.Ο.Κ.)

7.2 Πιθανά αίτια πρόκλησης οδικών συγκρούσεων