

[Αρχή Σελίδας 1]

ΤΑΞΗ	Γ' ΛΥΚΕΙΟΥ
ΕΞΕΤΑΖΟΜΕΝΟ ΜΑΘΗΜΑ	ΝΕΟΕΛΛΗΝΙΚΗ ΕΚΘΕΣΗ- ΛΟΓΟΤΕΧΝΙΑ
ΗΜΕΡΟΜΗΝΙΑ	ΜΑΪΟΣ 2021

ΚΕΙΜΕΝΟ Ι

Ο Υγιής Αθλητισμός: άμιλλα, συνεργατικότητα, επικοινωνία

Ο αθλητισμός κάνει τα πρώτα του βήματα στον ανθρώπινο πολιτισμό λαμβάνοντας πνευματική διάσταση με το ρήμα «αθλώ». Από τότε τον συναντάμε στον Όμηρο, με τους ήρωες να παλεύουν για δόξα και υστεροφημία, στους άθλους του Ηρακλή όπου παίρνει μια πιο κοινωνική διάσταση και στους Ολυμπιακούς αγώνες των αρχαίων Ελλήνων. Εκεί ολοκληρώνεται, ντύνεται το αθλητικό ιδεώδες και στεφανώνεται με τις αξίες και τα ιδανικά του ευγενούς συναγωνισμού, της άμιλλας.

Ο αθλητισμός θέλει άτομα εύρωστα από όλες τις απόψεις. Ζητεί μονάδες υγιείς, ικανές να ενταχθούν στο σύνολο και να πολλαπλασιάσουν τα οφέλη του. Τα ομαδικά αθλήματα προσφέρονται για αυτό και δύνανται να προσφέρουν στην κοινωνία ανάλογα με τη διαχείριση που θα τους γίνει. Στόχος και κανόνας εδώ είναι η υποταγή του ατόμου στο συμφέρον του συνόλου και όχι το αντίστροφο. Μια υποταγή, η οποία κρέμεται στη λεπτή κλωστή της ταπείνωσης του εγώ, της δικαιοσύνης και της αξιοκρατίας. Η διαχείρισή της ξεκινά από την επιλογή των αθλητών που θα στελεχώσουν το σύνολο και εκτείνεται σε μια σειρά από μικρά ή μεγάλα ζητήματα ανάλογα με τον βαθμό που επηρεάζουν τη συνοχή, την εύρυθμη λειτουργία και τελικά την επιτυχία της ομάδας.

Ο κάθε αθλητής οφείλει να επιδιώκει παράλληλα με τη δική του βελτίωση και την ενδυνάμωση των συναθλητών του με τελικό στόχο την τελειοποίηση της ομάδας σε όλα τα επίπεδα. Πρέπει να προσαρμοστεί ομαλά και να εντάξει τις ικανότητές του στην υπηρεσία του συνόλου, έτσι ώστε η ομαδική προσπάθεια να φτάσει σε απόλυτη αρμονία. Όπως σε μια συμφωνία με δυσκολία ξεχωρίζει κανείς τα μουσικά όργανα που παράγουν τον συμφωνικό ήχο, έτσι και σε μια επιτυχημένη ομάδα η ατομική προσπάθεια πρέπει να μην διακρίνεται ή να διακρίνεται ως μέρος της ομαδικής. Αυτή η αρμονία βρίσκεται στο τέλος κάθε αναζήτησης και αποτελεί τον καρπό όλων των προσπαθειών.

Όταν υπάρχει, το σύνολο εμφανίζεται υγιές, συμπαγές μπροστά στη δυσκολία και στον κίνδυνο. Όταν λείπει, κάθε κακοκαιρία μοιάζει με τρικυμία και η ομάδα θαλασσοδέρνεται παρασυρόμενη από τα κύματα. Η συνεργατικότητα, λοιπόν, και η επικοινωνία φαίνεται ως κάτι δεδομένο, ενώ είναι το ζητούμενο. Η χημεία αυτή είναι το στοιχείο που ως κυματοθραύστης θα προφυλάξει το πλοίο από την ταραχή της

[Αρχή Σελίδας 2]

ήττας και της αποτυχίας. Θα πολλαπλασιάσει δε τη χαρά των επιτυχιών δίνοντας νέα πνοή και ενέργεια για την συνέχεια.

Τέτοιοι είναι οι καρποί του υγιούς αθλητισμού για τον άνθρωπο αθλητή, αλλά και για εκείνους που με οποιονδήποτε τρόπο συμμετέχουν στα αθλητικά δρώμενα. Ακόμη και ως θεατής, κάποιος που είναι μνημένος στο αθλητικό ιδεώδες, έχει να κερδίσει πολλά στον ατομικό και συλλογικό βίο. Διότι, τι είναι πιο σημαντικό από την αξία της ταπεινώσης, της γνώσης και ορθής διαχείρισης των δυνατοτήτων και αδυναμιών μας, αρετές που αποκτάει κανείς μέσω του υγιούς αθλητισμού;

**Ευάγγελος Ζαγκλής, 20 Νοεμβρίου 2013 Απόσπασμα-Διασκευή
Ηλεκτρονική διεύθυνση: <https://www.pemptousia.gr>**

ΚΕΙΜΕΝΟ II

Πρωταθλητισμός είναι η συμμετοχή των αθλητών σε συστηματική προπόνηση με τη βοήθεια αθλητικών επιστημόνων με μοναδικό στόχο τους τη νίκη. Ο αθλητισμός, με βάση το Αρχαίο Ελληνικό πνεύμα καλλιεργεί την πειθαρχία, την επιμονή, την τόλμη, το συλλογικό πνεύμα, τη θέληση για τη νίκη και πολλές άλλες αρετές, απαραίτητες για την επιτυχία στην εργασία του. Χαρακτηριστικό του αθλητισμού είναι η άμιλλα, ο αγώνας για τη νίκη και η επίδοση και η δυνατότητα του αθλούμενου ή του αθλητή να δοκιμάσει τις δυνάμεις της και να εκδηλώσει τις ικανότητές του για καλύτερες αθλητικές επιδόσεις.

Στον **πρωταθλητισμό** οι αρχές αυτές καταστρατηγούνται. Το μόνο που απασχολεί τα ενδιαφερόμενα μέρη (αθλητή, αθλητικούς επιστήμονες) είναι η νίκη, χωρίς τον ευγενή ανταγωνισμό, αλλά τον αθέμιτο. Εδώ βασιλεύει η λατρεία του κέρδους, που για χάρη του περιφρονούνται όλες οι αρχές, ακόμα και αυτή η υγεία των αθλητών.

Αυτό μπορεί να παρατηρηθεί στο κορυφαίο αθλητικό γεγονός, τους Ολυμπιακούς αγώνες, που διεξάγονται κάθε τέσσερα χρόνια. Η χώρα μας, μετά από 108 χρόνια είχε αυτή την ευκαιρία. Οι Ολυμπιακοί αγώνες διεξήχθησαν μεν με επιτυχία, αλλά σκιάστηκαν από το **ντόπινγκ**. Πολλοί αθλητές κατηγορήθηκαν και από άλλους αφαιρέθηκαν τα μετάλλιά τους γιατί βρέθηκαν ντοπαρισμένοι. Οι αθλητές στην προσπάθειά τους να βελτιώσουν την απόδοσή τους εκμεταλλεύονται όλα τα επιστημονικά μέσα (τεχνική, εξοπλισμός και ψυχολογική υποστήριξη), ακόμα και απαγορευμένα και επικίνδυνα μέσα, το **λεγόμενο doping**, που είναι το φαινόμενο μελετημένο όσον αφορά τις συνέπειές του και τις αιτίες του. Η χρήση των απαγορευμένων ουσιών εκδηλώνεται από πολλούς αθλητές, **που έχουν το σύνδρομο του πρωταθλητή**. Εμπλέκονται δε με το doping αθλητές ανεξάρτητα φύλου, ηλικίας και επιπέδου της αθλητικής απόδοσης.

Οι λόγοι του **antidoping** κατά τη διάρκεια αθλητικών αγώνων είναι:

1. Οι κίνδυνοι, που απειλούν την υγεία των αθλητών που κάνουν χρήση και βάζουν σε κίνδυνο και την ίδια τη ζωή του, 2. Η πράξη που θεωρείται ανήθικη, αφού με το

[Αρχή Σελίδας 3]

doping γίνεται παράβαση στο «ευ αγωνίζεσθαι», 3. Η χρησιμοποίηση αναβολικών ουσιών παραβιάζει τη νομοθεσία περί ναρκωτικών.

Οι απαγορευμένες φαρμακευτικές ουσίες ανήκουν σε 3 κατηγορίες: στην πρώτη είναι τα διεγερτικά, τα ναρκωτικά, τα αναβολικά στεροειδή, οι βήτα blockers, τα διουρητικά, και οι πεπτικές ορμόνες, στη δεύτερη οι μέθοδοι doping που γίνονται με μετάγγιση αίματος και οι φαρμακευτικοί, χημικοί και φυσικοί «χειρισμοί» και στην τρίτη οι κατηγορίες φαρμάκων υποκειμένες σε ορισμένους περιορισμούς (το οινόπνευμα, η μαριχουάνα (χασίς), τα τοπικά αναισθητικά και τα κορτικοστεροειδή. Είναι φανερό λοιπόν ότι ο **αθλητισμός** είναι απαραίτητος σε όλες τις ηλικίες, γιατί βελτιώνει την κατάσταση του αθλούμενου, ενώ αντίθετα ο **πρωταθλητισμός** δημιουργεί το **σύνδρομο του πρώτου νικητή**, με τα επακόλουθά του. Το σημαντικότερο όλων είναι η υγεία του ατόμου, γιατί μόνο τότε αυτό θα μπορέσει να ζήσει ποιοτικά και να είναι χρήσιμο στον εαυτό του και στην κοινωνία.

Του Δρ. Στεργιούλα Απόστολου, Αναπληρωτή Καθηγητή Σχολής Επιστημών Ανθρώπινης Κίνησης και Ποιότητας ζωής – Πανεπιστήμιο Πελοποννήσου

ΚΕΙΜΕΝΟ III

Η αξία του ομαδικού αθλητισμού και του fair-play

Εισαγωγικό Σημείωμα : Ο Νίκος Καζαντζάκης επισκέφθηκε την Αγγλία το 1939 στις παραμονές του Β΄ παγκοσμίου πολέμου. Στις ταξιδιωτικές του εντυπώσεις αναφέρθηκε και στην επίσκεψη του στο πανεπιστήμιο του Ήτον. Παραθέτω μια περικοπή σχετική με τον ομαδικό αθλητισμό και το fair-play που πάντα μου άρεσε και πιστεύω πως είναι σήμερα πιο επίκαιρη από ποτέ. Στο απόσπασμα έχει διατηρηθεί η πρωτότυπη ορθογραφία.

Τα σπορτ και οι κλασσικές σπουδές είναι στο Ήτον οι δύο παράλληλοι αδελφωμένοι δρόμοι της αγωγής. Όχι όμως τα αθλήματα τα ατομικά -ακόντιο, πήδημα, δίσκος - αλλά τα ομαδικά: λεμβοδρομίες, κρίκετ, τένις και ποδόσφαιρο. Τα ομαδικά παιχνίδια υπηρετούν ένα μεγάλο ηθικό σκοπό: σε συνηθίζουν να υποτάξεις την ατομικότητα σου σε μια γενική ενέργεια. Να μην νιώθεις ότι είσαι άτομο ανεξάρτητο, παρά μέλος μιας ομάδας. Να υπερασπίζεσαι όχι μονάχα την ατομική σου τιμή παρά ολόκληρη την τιμή της ομάδας όπου ανήκεις: σχολή, πανεπιστήμιο, πόλη, Έθνος. Έτσι, από σκαλοπάτι σε σκαλοπάτι, το παιχνίδι μπορεί να σε ανεβάσει στις πιο αψηλές, αφιλόκερδες κορυφές ενέργειας.

Μαθαίνεις ακόμα, πολεμώντας στην ομάδα, και τούτο το σπουδαιότατο: πως για την νίκη ένα στοιχείο είναι απαραίτητο ο αρχηγός. Να υποτάζεσαι σε αυτόν, να πειθαρχείς, να ξέρεις να υπακούς, αν θες, όταν θα έρθει η στιγμή σου, να ξέρεις και εσύ να προστάξεις. έτσι μονάχα μπορούν να δημιουργηθούν οι αρχηγοί άξιοι και οι

[Αρχή Σελίδας 4]

οπαδοί πρόθυμοι - δηλαδή μια πειθαρχημένη στρατιά ικανή υλικά και ψυχικά, να κυριαρχήσει στον κόσμο. [...]

Στα ομαδικά αθλήματα μαθαίνεις να είσαι έτοιμος, να συγκρατιέσαι, να περιμένεις την κατάλληλη στιγμή, να θυσιάζεις τις ατομικές χαρές η προτίμησες για τα συμφέροντα της ομάδας. Μαθαίνεις να προσαρμόζεις τι ατομικές ιδιότητες σου στις ανάγκες του συνόλου, να εκμεταλλεύεσαι όσο μπορείς, για την νίκη τα ελαττώματα και τα προτερήματα σου. Με την μέθοδο αυτή μονάχα μπορείς να ασκηθείς για το μεγάλο παιχνίδι αργότερα, της δημόσιας ζωής. Για να φτάσεις στο υψηλό αυτό κορύφωμα της άσκησης πρέπει καλά να ξέρεις τον εαυτό σου, να ξέρεις τον διπλανό σου, να ξέρεις και αλάκερη την ομάδα όπου ανήκεις. Κι όχι μονάχα αυτό. Να ξέρεις και την αντίπαλη σου ομάδα. Να μην την περιφρονείς να την σπουδάζεις με αμεροληψία και σέβας, να ξέρεις καλά τις αρετές και τις δυνάμεις της, για να οργανώσεις ανάλογα και συ τις αρετές και τις δυνάμεις σου και να μην χάσεις το παιχνίδι.

Κι ακόμη, τούτο το σημαντικότατο, που αποτελεί το πιο κρυφό, το πιο πανανθρώπινο τέρμα του παιχνιδιού: να ξέρεις πως και η αντίθετη ομάδα κατά βάθος δεν είναι αντίμαχη, συνεργάζεται μαζί σου, γιατί χωρίς αυτή δεν θα υπήρχε παιχνίδι.

Ότι αγνώτατα ηθικό μπορεί να μας μάθει το παιχνίδι είναι τούτο: Ο ανώτατος σκοπός του παιχνιδιού δεν είναι η νίκη παρά από ποιους δρόμους, με ποια προπόνηση, με τι πειθαρχία, ακολουθώντας αυστηρά τους νόμους του παιχνιδιού να μάχεσαι για την νίκη. Έτσι που κοιτάζα στο ήσυχο δειλινό τους ωραίους εφήβους του Ήτον, άλλους με τα γαλάζια και άλλους με τα άσπρα κασκέτα τους να πολεμούν λυγροί, συγκεντρωμένοι, έτοιμοι με τον ανάλαφρο κραδασμό του λιγνού ατσαλένιου σπαθιού, προσπαθούσα να βρω τους θεμελιακούς νόμους της άσκησης. [...]

Η ζωή είναι παιχνίδι σαν το τένις, σαν το γκολφ. Δεν παίζεις μόνος σου, παίζεις με άλλους. έχεις ευθύνη απέναντι σε όλους τους συντρόφους σου, όλοι σου οι σύντροφοι έχουν ευθύνη απέναντι σου. άτομο και ομάδα είναι ένα. Το παιχνίδι έχει νόμους. Όποιος θέλει να παίζει, οφείλει να ξέρει τους νόμους αυτούς και να τους σέβεται. Αν δεν ξέρει τους νόμους, η αν δεν θέλει να τους σέβεται δεν είναι άξιος να λάβει μέρος στο παιχνίδι. Μέσα στον κύκλο που χαράζουν οι νόμοι είναι απόλυτα λεύτερος. Κανείς, μήτε ο Βασιλιάς, δεν έχει δικαίωμα να επέμβει. Μπορεί οι νόμοι αυτοί να είναι παλιωμένοι η στραβοί η αυθαίρετοι, δεν έχει σημασία. Το σπουδαίο είναι, και αυτό γυμνάζει την ψυχή του ανθρώπου, να τους υπακούς.

Δεν πρέπει να ντρέπεσαι πως νικήθηκες, πρέπει να ντρέπεσαι μονάχα όταν έπαιξες κακά και για αυτό νικήθηκες η - και αυτό είναι το χειρότερο - πρέπει να ντρέπεσαι όταν νίκησες παίζοντας κακά η άτιμα. Το fair-play, να το ανώτατο χρέος. Να παίζεις καλά το παιχνίδι, είτε φούτμπολ είναι είτε πόλεμος είτε ολόκληρη ζωή, αυτή είναι η πρώτη αυστηρότατη εντολή στον εγγλέζικο δεκάλογο. "Να 'σαι

[Αρχή Σελίδας 5]

δυνατός και να παίζεις τον άντρα". Κάνε το χρέος σου αυτό και μην σε μέλει για τίποτε άλλο. αν πετύχεις, αν αποτύχεις, αυτό έχει μονάχα πραχτική όχι ψυχική σημασία. έκαμες το χρέος σου, τι άλλα αμοιβή θες;

Αν περιμένεις οποιαδήποτε αμοιβή, αν εργάζεσαι για να ικανοποιείς όχι εσωτερικές σου επιταγές παρά για να πλερωθείς, είσαι μιστοφόρος δεν είσαι πολεμιστής." όποιος δεν βρίσκει την ανταμοιβή μέσα του είναι σκλάβος. Η λαχτάρα να αρέσει σε άλλους τρικυμίζει τις πέντε αισθησες του ανθρώπου".....

Νίκου Καζαντζάκη, Ταξιδεύοντας... (Αγγλία), εκδόσεις Ελένης Καζαντζάκη 1964

ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ :

A. Να γράψετε περίληψη του κειμένου I , έκτασης 60-80 λέξεων. Το κείμενό σας πρόκειται να δημοσιευτεί στη στήλη της μαθητικής εφημερίδας του σχολείου σας με θέμα: «Το αθλητικό ιδεώδες στη σύγχρονη εποχή».

(μονάδες 20)

B1. Να προσδιορίσετε αν το περιεχόμενο των ακόλουθων προτάσεων είναι ορθό ή λάθος, γράφοντας στο τετράδιο απαντήσεων δίπλα από τον αριθμό της κάθε πρότασης τη λέξη «ορθό» ή «λάθος».

- i. Σύμφωνα με τον συγγραφέα, η πνευματική και η κοινωνική διάσταση του αθλητισμού αποτελούν επιτεύγματα της σύγχρονης εποχής.
- ii. Σύμφωνα με τον συγγραφέα, για την επιτυχία μιας ομάδας θα πρέπει ο κάθε αθλητής να λειτουργεί ατομικά και ανεξάρτητα από το σύνολο.
- iii. Ο συγγραφέας στην τέταρτη (4η) παράγραφο («Όταν υπάρχει... για την συνέχεια.») κάνει επίκληση στην αυθεντία.
- iv. Το πιο πάνω κείμενο είναι άρθρο.

(μονάδες 5)

B2α. Σε ποιο γραμματειακό τύπο ανήκει το Κείμενο II και να γραφούν 2 στοιχεία που να το τεκμηριώνουν .

(μονάδες 10)

B2β. Να βρεθούν στις παρακάτω προτάσεις του Κειμένου I τα σχήματα λόγου και να σχολιαστεί ο ρόλος τους :

- Ο αθλητισμός κάνει τα πρώτα του βήματα στον ανθρώπινο πολιτισμό λαμβάνοντας πνευματική διάσταση με το ρήμα «αθλώ».
- Μια υποταγή, η οποία κρέμεται στη λεπτή κλωστή της ταπείνωσης του εγώ, της δικαιοσύνης και της αξιοκρατίας.

[Αρχή Σελίδας 6]

- Όταν λείπει, κάθε κακοκαιρία μοιάζει με τρικυμία και η ομάδα θαλασσοδέρνεται παρασυρόμενη από τα κύματα.

(μονάδες 10)

B3. Πώς συνδέονται τα κείμενα I και II με βάση το θέμα της ενότητας; Τι παρατηρείται ως την επιχειρηματολογία και την επικοινωνιακή αποτελεσματικότητα; Σε ποια συμπεράσματα καταλήγετε;

(μονάδες 10)

Γ. Διαβάζοντας το κείμενο III., ποιο θεματικό κέντρο αντιλαμβάνεσθε; Ποια είναι η στάση του αφηγητή απέναντι σε αυτό; Εντοπίσατε τρεις κειμενικούς δείκτες που το υπηρετούν. Υπάρχει απήχηση της στάσης του στη σημερινή πραγματικότητα; (150-200 λέξεις)

(μονάδες 15)

Δ. «Ακόμη και ως θεατής, κάποιος που είναι μυημένος στο αθλητικό ιδεώδες, έχει να κερδίσει πολλά στον ατομικό και συλλογικό βίο. Διότι, τι είναι πιο σημαντικό από την αξία της ταπείνωσης, της γνώσης και ορθής διαχείρισης των δυνατοτήτων και αδυναμιών μας, αρετές που αποκτάει κανείς μέσω του υγιούς αθλητισμού;»

Το σχολείο σας διοργανώνει μαθητικό συνέδριο με θέμα: «Ο αθλητισμός και οι ευεργετικές επιδράσεις του στη ζωή των νέων». Σε ομιλία που θα εκφωνήσετε, ως μέλος του Κεντρικού Μαθητικού Συμβουλίου, να παρουσιάσετε τις θετικές επιδράσεις για τους νέους που προκύπτουν από την ενασχόλησή τους με τον αθλητισμό. Ακολούθως, να εισηγηθείτε τρόπους με τους οποίους το σύγχρονο σχολείο θα μπορούσε να συμβάλει στην ανάπτυξη του υγιούς αθλητισμού. (Έκταση: 350-400 λέξεις)

(μονάδες 30)

ΚΑΛΗ ΤΥΧΗ