

1. ☒ Ούλωφ Πάλμε & Επάφου & Χρυσίππου 1 Ζωγράφου , ☎ 210 74 88 030
 2. ☒ Φανερωμένης 13 Χολαργός , ☎ 210 6536551
 3. ☒ Ευεργέτου Γιαβάση 9 Αγία Παρασκευή, ☎ 210 6000031
- www.en-dynamei.gr



ΔΙΑΓΩΝΙΣΜΑ ΣΤΟ ΜΑΘΗΜΑ ΤΗΣ ΝΕΟΕΛΛΗΝΙΚΗΣ ΓΛΩΣΣΑΣ ΚΑΙ ΛΟΓΟΤΕΧΝΙΑΣ

Γ' ΛΥΚΕΙΟΥ ΚΑΙ ΑΠΟΦΟΙΤΟΙ

21.3.2026

ΚΕΙΜΕΝΟ 1

Ζώντας σε μια πόλη που τρέχει ασταμάτητα, είναι εύκολο να απομακρυνθεί κανείς από τον φυσικό ρυθμό της ζωής. Ωστόσο, επιστημονικά δεδομένα επιβεβαιώνουν ότι μικρές, σταθερές αλλαγές στις καθημερινές μας συνήθειες μπορούν να έχουν ουσιαστικό αντίκτυπο στην υγεία. Η αύξηση της κατανάλωσης φρούτων και λαχανικών, ο περιορισμός των επεξεργασμένων τροφίμων και η επαρκής ενυδάτωση βελτιώνουν τη σωματική υγεία, ενισχύουν την ενέργεια και ρυθμίζουν τον ύπνο και τη διάθεση. Η φυσική διατροφή δεν αποτελεί «μόδα», αλλά τεκμηριωμένη πρακτική πρόληψης και φροντίδας.

Παράλληλα, η συστηματική σωματική δραστηριότητα, ακόμη και σε ήπια μορφή, έχει αποδεδειγμένα οφέλη για τη σωματική υγεία και την ψυχική ισορροπία. Το καθημερινό περπάτημα και η χρήση του ποδηλάτου ενισχύουν τη φυσική αντοχή και μειώνουν τα επίπεδα άγχους, καθώς ενεργοποιούν μηχανισμούς αποφόρτισης του οργανισμού. Εξάλλου, η επιλογή των εναλλακτικών μέσων μετακίνησης περιορίζει το περιβαλλοντικό αποτύπωμα και ενισχύει το αίσθημα κοινωνικής υπευθυνότητας για την προστασία του περιβάλλοντος.

Ο φυσικός τρόπος ζωής δεν είναι στέρση· είναι επιστροφή στο μέτρο και στην αναγνώριση της αλληλεξάρτησης ανθρώπου και περιβάλλοντος. Κάθε μικρή επιλογή γίνεται μια πράξη ευθύνης που αποκαθιστά μια χαμένη ισορροπία. Δεν πρόκειται μόνο για προσωπικό όφελος, αλλά για μια στάση ζωής που αναγνωρίζει ότι ο άνθρωπος δεν είναι ξεκομμένος από το περιβάλλον του.

Απόσπασμα άρθρου από τον ημερήσιο τύπο, διασκευασμένου για τις ανάγκες της εξέτασης.

ΚΕΙΜΕΝΟ 2

Ποια οικολογική συνείδηση;

Το παρακάτω κείμενο αποτελεί χρονογράφημα, ένα είδος πεζού λόγου που συχνά αναφέρεται σε προσωπικές εμπειρίες και συνδυάζει το χιούμορ με την σκωπτικότητα/ειρωνεία. Δημοσιεύτηκε από τον δημοσιογράφο Κοσμά Βίδο στον ειδησεογραφικό ιστότοπο «www.in.gr» στις 9 Σεπτεμβρίου 2022.

Ταξίδευα στην Κεντρική Ευρώπη πριν από μερικές εβδομάδες, τότε που άρχισαν να εμφανίζονται στις εφημερίδες οι φωτογραφίες με τα προβλήματα που προκαλεί η κλιματική κρίση ακόμα και σε χώρες που μέχρι πρότινος δεν ήξεραν τι να κάνουν το άφθονο νερό των ποταμών και των λιμνών τους.

Ως αυτόπτης μάρτυρας, βολτάροντας στις όχθες του Έλβα, στη Δρέσδη, παρατήρησα κι εγώ τη χαμηλή στάθμη των νερών του. Έζησα από κοντά την αμηχανία των Γερμανών, των Τσέχων, των

1. ☒ Ούλωφ Πάλμε & Επάφου & Χρυσίππου 1 Ζωγράφου , ☎ 210 74 88 030
 2. ☒ Φανερωμένης 13 Χολαργός , ☎ 210 6536551
 3. ☒ Ευεργέτου Γιαβάση 9 Αγία Παρασκευή, ☎ 210 6000031
- www.en-dynamei.gr

Αυστριακών και των Ούγγρων μπροστά στις υψηλές θερμοκρασίες, τις οποίες εύλογα, οι κοινωνίες που ζουν παραδοσιακά στο κρύο, δεν ξέρουν πώς να αντιμετωπίσουν.

Περπάτησα και στην απόληξη του νησιού της Μαργαρίτας, στη Βουδαπέστη, στη μικρή χωμάτινη μύτη που αποκαλύφθηκε λόγω της χαμηλής στάθμης και του Δούναβη. Όμως, τη στιγμή που έβλεπα τα ποτάμια να ξεραίνονται, παρατηρούσα πως, ακόμα και τώρα, στην Κεντρική Ευρώπη, με τους πιο συνειδητοποιημένους σε θέματα οικολογίας λαούς, την ώρα που όλοι μιλούσαν για την ανάγκη οικονομίας των υδάτινων πόρων, η σπατάλη συνεχιζόταν.

Στους κεντρικούς δρόμους των περισσότερων πόλεων είχαν τοποθετηθεί συστήματα που ψέκαζαν τους περαστικούς με νερό, για να τους δροσίσουν. Ένδειξη έγνοιας για τον πολίτη ή επίδειξη στον τουρίστα, τη στιγμή που ούτε αφορήτη ήταν η ζέστη, ούτε ήταν δύσκολο να βρεις μια σκιά για να ξαποστάσεις; Γύρω τους σχηματίζονταν ποτάμια από το νερό που ξοδευόταν χωρίς λόγο. Ακόμα και όταν έβρεχε, τα «φυσερά δροσιάς» εξακολουθούσαν να σπαταλούν το πολύτιμο περιεχόμενό τους: Να μας ψεκάζουν την ώρα που άδειαζαν πάνω από τα κεφάλια μας οι ουρανοί!

Είδα με τα μάτια μου περαστικούς να γεμίζουν τα παγούρια τους δωρεάν με νερό από τις κρήνες που είχαν τοποθετηθεί στους δρόμους της Βιέννης και μερικούς να φεύγουν αφήνοντας τη ροή ανοιχτή! Ποια οικολογική συνείδηση; Αυτή που ως φαίνεται εξαντλήσαμε καταργώντας τα πλαστικά καλαμάκια... Αυτή ήταν τελικά η μεγάλη μας θυσία για το κλίμα!

ΚΕΙΜΕΝΟ 3

Το ακόλουθο άτιτλο πεζό ποίημα του Αργύρη Χιόνη ανήκει στη συλλογή «Εσωτικά τοπία» (1991), «Η φωνή της σιωπής», Ποιήματα 1966-2000, Αθήνα, Εκδόσεις Νεφέλη, 2019, σ. 416.

Αυτός ο άνθρωπος ρουφάει το τοπίο μ' όλες τις αισθήσεις του. Τι βουλιμία, Θεέ μου! Εξαφανίζει ένα-ένα τα βουνά, στο βάθος, και τη θάλασσα και, πιο κοντά, σιτοβολώνες, αμπελώνες, ελαιώνες και, πιο κοντά ακόμα, δέντρα και άνθη και γρασίδι. Απ' όπου κι αν περάσουν οι αισθήσεις του αφήνουν πίσω τους μια μαύρη τρύπα. Αν τον αφήσουμ' έτσι... θα καταβροχθίσει όλο τον κόσμο!

Όμως, να, γκρεμίζεται αίφνης μες την τρύπα που άνοιξε! Πάλι καλά· τώρα, θα έχουμε απλώς να ζήσουμε μ' αυτή τη μαύρη τρύπα. Αν μάλιστα την περιφράξουμε κατάλληλα, μπορεί να γίνει αξιοθέατη κι ίσως να χρησιμεύσει και ως δίδαγμα σε όλους τους βουλιμικούς της ομορφιάς.

1. ☒ Ούλωφ Πάλμε & Επάφου & Χρυσίππου 1 Ζωγράφου , ☎ 210 74 88 030
 2. ☒ Φανερωμένης 13 Χολαργός , ☎ 210 6536551
 3. ☒ Ευεργέτου Γιαβάση 9 Αγία Παρασκευή, ☎ 210 6000031
- www.en-dynamei.gr

ΘΕΜΑ Α

A1. Να γράψετε μία περίληψη 60-80 λέξεων των ιδεών που αναφέρει ο συντάκτης του **Κειμένου 1** για τον φυσικό τρόπο ζωής.

Μονάδες 20

ΘΕΜΑ Β

B1. Να χαρακτηρίσετε ως σωστή ή λανθασμένη καθεμία από τις παρακάτω προτάσεις/περιόδους με βάση το **Κείμενο 2** και να αιτιολογήσετε την απάντησή σας, καταγράφοντας στο τετράδιό σας το κατάλληλο χωρίο του κειμένου:

- α.** Οι χώρες με μεγάλα ποτάμια δεν έχουν πληγεί από την κλιματική αλλαγή όσον αφορά στο νερό.
- β.** Οι προσπάθειες για εξοικονόμηση νερού στην Κεντρική Ευρώπη έχουν περιορίσει τη σπατάλη.
- γ.** Η παροχή δροσιάς προς τους περαστικούς με συστήματα ψεκασμού στις μεγάλες ευρωπαϊκές πόλεις αμφισβητείται από τον συντάκτη ως προς τη σκοπιμότητά της.
- δ.** Σύμφωνα με την εμπειρία που καταθέτει ο συντάκτης, τα συστήματα ψεκασμού πετούσαν συνέχεια νερό, εκτός αν έβρεχε.
- ε.** Η οικολογική συνείδηση των πολιτών αντιμετωπίζεται σκωπτικά/ειρωνικά από τον συντάκτη.

Μονάδες 10

B2. Να γράψετε δύο τίτλους που να αποδίδουν το περιεχόμενο του **Κειμένου 1**, έναν με κυριολεκτική (μονάδες 5) κι έναν με μεταφορική χρήση της γλώσσας. (μονάδες 5)

Μονάδες 10

B3. Συγκρίνοντας τα **Κείμενα 1 και 2** ως προς το υφολογικό τους αποτέλεσμα, διαπιστώνουμε διαφορές.

α) Να βρείτε δύο (2) διαφορετικά χαρακτηριστικά (μονάδες 2) του **Κειμένου 1** που ενισχύουν τον αποδεικτικό του χαρακτήρα και να εξηγήσετε τη λειτουργία τους. (μονάδες 4)

β) Να βρείτε δύο (2) διαφορετικά χαρακτηριστικά (μονάδες 2) του **Κειμένου 2** που ενισχύουν τον επικοινωνιακό του χαρακτήρα και να εξηγήσετε τη λειτουργία τους. (μονάδες 4)

Στη σύγκριση που θα κάνετε να λάβετε υπόψη και τον τύπο του κειμένου σε κάθε περίπτωση. (μονάδες 3)

Μονάδες 15

1. ☒ Ούλωφ Πάλμε & Επάφου & Χρυσίππου 1 Ζωγράφου , ☎ 210 74 88 030
 2. ☒ Φανερωμένης 13 Χολαργός , ☎ 210 6536551
 3. ☒ Ευεργέτου Γιαβάση 9 Αγία Παρασκευή, ☎ 210 6000031
- www.en-dynamei.gr



ΘΕΜΑ Γ

Γ1. Ποιον προβληματισμό εκφράζει το ποιητικό υποκείμενο για τη συμπεριφορά του ανθρώπου; Να απαντήσετε με αναφορά σε τρεις (3) διαφορετικούς δείκτες του κειμένου. Συμμερίζεστε τον προβληματισμό του ή όχι και γιατί; (150-200 λέξεις)

Μονάδες 15

ΘΕΜΑ Δ

Δ1. Ο συντάκτης του Κειμένου 1 επισημαίνει την ανάγκη να επιστρέψει ο άνθρωπος στον φυσικό ρυθμό της ζωής. Για ποιους λόγους πιστεύετε ότι είναι αναγκαία μια τέτοια αλλαγή στάσης ζωής σήμερα και με ποιες επιλογές μπορείτε ως νέα γενιά να την υποστηρίξετε;

Λαμβάνοντας υπόψη και τα κείμενα αναφοράς, καταθέτετε τις απόψεις σας σε άρθρο που θα δημοσιευτεί σε εφημερίδα του δήμου σας. (350-400 λέξεις)

Μονάδες 30