

## ΚΟΥΙΖ

*Επιλέξτε τη σωστή απάντηση μέσα από τις προτεινόμενες*

1) Ποιος ορισμός της υγείας δίνει έμφαση στους κοινωνικούς και προσωπικούς πόρους και τις ικανότητες; (Επιλέξτε τη σωστή απάντηση)

- A. Ο ορισμός του Παγκόσμιου Οργανισμού Υγείας (WHO) του 1986
- B. Ο ορισμός των Murray, Zentner και Yakimo του 2009
- C. Ο ορισμός των Pender, Murdaugh και Parsons του 2006
- D. Ο ορισμός του Orem του 2001

**Correct Answer: A**

2) Ποια είναι η κατηγορία των παραγόντων που σχετίζονται με τη συμπεριφορά (lifestyle); Επιλέξτε τη σωστή απάντηση

- A. Προσωπικά χαρακτηριστικά
- B. Ατομικοί παράγοντες
- C. Κοινωνικά και κοινοτικά δίκτυα
- D. Συνθήκες διαβίωσης και εργασίας

**Correct Answer: B**

3) Σύμφωνα με εκτιμήσεις, η υγεία ενός ατόμου ή ενός πληθυσμού επηρεάζεται από την ύπαρξη υπηρεσιών υγείας σε ποσοστό:

- A. 20-30%
- B. 35-40%
- C. 5-10%
- D. 10-20%

**Correct Answer: D**

4) Η προαγωγή της Υγείας:

- A. Έχει στο επίκεντρο την προσωπική ανάπτυξη του ατόμου.
- B. Επιδιώκει την ενίσχυση των σωματικών και ψυχικών δομών υποστήριξης
- C. Συμβάλλει στην ενίσχυση των ανθρώπων να αναλαμβάνουν οργανωμένα υπεύθυνα δράση για την υγεία τους.

D. Σε κοινωνικό επίπεδο είναι ανενεργής. Η εκπλήρωση των στόχων είναι προσωπική υπόθεση των ενημερωμένων πολιτών.

**Correct Answer: C**

5) Ποιος είναι ο στόχος της ιεράρχησης αξιών στην Αγωγή Υγείας;

- A. Αποσαφήνιση, διαμόρφωση ή τροποποίηση των αξιών που σχετίζονται με την υγεία
- B. Η συνειδητοποίηση του εκπαιδευόμενου σχετικά με την ύπαρξη ενός προβλήματος.
- C. Η τροποποίηση ορισμένων βασικών πεποιθήσεων.
- D. Η διαμόρφωση των κατάλληλων αξιών και απόψεων.

**Correct Answer: A**

6) Η ιεράρχηση των αναγκών κατά Maslow συχνά απεικονίζεται ως πυραμίδα, με τις μεγαλύτερες, πιο θεμελιώδεις ανάγκες στο κάτω μέρος και την ανάγκη για ..... και υπέρβαση στην κορυφή.

- A. Αυτοεκτίμηση
- B. Αυτοτέλεια
- C. Αυτοπροσδιορισμό
- D. Αυτοεκπλήρωση

**Correct Answer: D**

7. Η εφαρμογή των προγραμμάτων Αγωγής Υγείας στα σχολεία στηρίζεται στην:

- A. Ευαισθητοποίηση
- B. Παροχή γνώσεων
- C. Ενεργητική και βιωματική μάθηση
- D. Αλλαγή συμπεριφοράς μέσω ανάπτυξης της συναισθηματικής νοημοσύνης

**Correct Answer: C**

8. Ο εκπαιδευτικός διευκολύνει τη συζήτηση εντός ενός προγράμματος Αγωγής Υγείας:

- A. Κρίνει από αυτά που ακούει και δίνει τα τελικά συμπεράσματα
- B. Αφήνει τους μαθητές να εργαστούν μόνοι τους
- C. Μέσα από κατάλληλες ερωτήσεις κλειστού τύπου για την εξοικονόμηση χρόνου

D. Συντονίζει υποδεικνύοντας τους μαθητές τι θα κάνουν

**Correct Answer: B**