

Θέμα 2^ο

2.1

Στον οργανισμό μας υπάρχει συνεχής πρόσληψη και δαπάνη ενέργειας.

- α) Να διατυπώσετε τον ορισμό του ισοζυγίου ενέργειας. (μονάδες 6)
- β) Να προσδιορίσετε τη μεταβολή του σωματικού βάρους όταν το ισοζύγιο ενέργειας είναι θετικό. (μονάδες 3)
- γ) Να προσδιορίσετε τη μεταβολή του σωματικού βάρους όταν το ισοζύγιο ενέργειας είναι μηδέν. (μονάδες 3)

Μονάδες 12

2.2

Ο Δείκτης Μάζας Σώματος (ΔΜΣ) αποτελεί τρόπο προσδιορισμού του επιθυμητού σωματικού βάρους.

- α) Να αναφέρετε πως μεταβάλλεται ο Δείκτης Μάζας Σώματος (ΔΜΣ) σε σχέση με το φύλο. (μονάδες 4)
- β) Να εξηγήσετε γιατί ένας αθλητής μπορεί να φαίνεται υπέρβαρος με βάση το Δείκτη Μάζας Σώματος (ΔΜΣ). (μονάδες 9)

Μονάδες 13