

Θέμα 2^ο

2.1

Ο σκοπός των διατάσεων είναι η επιμήκυνση των βραχυσμένων μυών και των μαλακών μορίων.

α) Να περιγράψετε τι επιτυγχάνει ένας μη αθλητής με τις διατάσεις; (μονάδες 6)

β) Να εξηγήσετε το μεγάλο ενδιαφέρον που παρουσιάζει στον αθλητισμό. (μονάδες 9)

Μονάδες 15

2.2

Για κάθε μυϊκή δραστηριότητα αλληλεπιδρούν ενεργητικά και παθητικά στοιχεία του ανθρώπινου σκελετού.

α) Να περιγράψετε τα ενεργητικά στοιχεία. (μονάδες 5)

β) Να περιγράψετε τα παθητικά στοιχεία. (μονάδες 5)

Μονάδες 10