

النص: الإنسان الذي يُمارِسُ الرِّياضَةَ وَ يَتَنَاوَلُ أَغْذِيَةَ صِحِّيَّةً ، يُصْبِحُ جِسْمُهُ قَوِيًّا وَ رَشِيْقًا ، وَ يَظَلُّ طَوَّلَ يَوْمِهِ نَشِيْطًا وَ يَبِيْتُ طَوَّلَ اللَّيْلِ هَادِيًا.

فَقَدْ قَالَ أَحَدُ الْأَطْبَاءِ (طَعَامُكُمْ دَوَاؤُكُمْ وَ دَوَاؤُكُمْ فِي طَعَامِكُمْ) ، وَ لِهَذَا يَجِبُ عَلَيْنِكَ أَنْ تَقَلِّلَ مِنَ السُّكَّرِيَّاتِ وَ تَتَبَعَدَ مِنَ الْوَجَبَاتِ السَّرِيْعَةِ وَ الدَّسِمَةِ ، وَ تُكَثِّرَ مِنَ تَنَاوُلِ الْخُضِرِ وَ الْفَوَاكِهِ وَ تُمَارِسَ نَشَاطًا حَرَكَيًّا وَ لَوْ كَانَ بَسِيْطًا ، لِأَنَّ الْحِكْمَةَ تَقُولُ (الْعَقْلُ السَّلِيْمُ فِي الْجِسْمِ السَّلِيْمِ).

السئلة

اسئلة البناء الفكري:

- 1- ضَعْ عُنْوَانًا مُنَاسِبًا لِلنَّصِّ؟
- 2- مَا هِيَ الْأَغْذِيَّةُ الَّتِي يَجِبُ عَلَيْنَا الْإِتِّبَاعُ عَنْهَا؟
- 3- مَا هِيَ الْأَغْذِيَّةُ الَّتِي يَجِبُ عَلَيْنَا الْإِكْتِنَارُ مِنْ تَنَاوُلِهَا؟
- 4- ابْحَثْ فِي النَّصِّ عَنِ مُرَادِفِ الْكَلِمَةِ التَّالِيَةِ : مُطْمَئِنًّا =
- 5- ابْحَثْ فِي النَّصِّ عَنِ أَضْدَادِ الْكَلِمَاتِ التَّالِيَةِ: تَنْقِصُ ≠ تَقْتَرِبُ ≠

اسئلة البناء اللغوي:

1- اسْتَخْرِجْ مِنَ النَّصِّ مَا يَلِي :

جُمْلَةٌ فِعْلِيَّةٌ	كَانَ أَوْ أَحَدَى أَخَوَاتِهَا	جَمْعُ مُؤَنَّثِ سَالِمٍ	جُمْلَةٌ إِسْمِيَّةٌ	فِعْلٌ مُضَارِعٌ	إِسْمٌ مَوْصُولٌ
.....

2- حَوِّلِ الْعِبَارَةَ الْآتِيَةَ إِلَى الْمُثْنَى (التَّلْمِيذُ الَّذِي يُمَارِسُ الرِّياضَةَ قَوِيًّا وَ رَشِيْقًا)

3- أَعِدْ كِتَابَةَ الْجُمْلَةِ مَعَ تَصْحِيحِ الْأَخْطَاءِ (التَّلْمِيذَةُ الدَّكِيَّةُ تُمَارِسُنَ نَشَاطِنَ رِيَاضِيْنَ فِي الْبَيْتِ)

4- ضَعْ كُلَّ كَلِمَةٍ فِي مَكَانِهَا الْمُنَاسِبِ مِنَ الْجُمَلِ: اللِّدَانِ ، الَّتِي ، الَّذِينَ ، اللَّتَانِ.

◆ مَنَالٌ هِيَ شَارَكَتْ كَثِيرًا فِي الدَّرْسِ. ◆ إِسْلَامٌ وَ أَيْمَنُ لَعَبَا جَيِّدًا الْيَوْمَ.

◆ الْأَطْبَاءُ هُمْ يَنْصَحُونَ الْمَرَضَى. ◆ نَطَقْنَا الْقِسْمَ هُمَا كَوَثْرًا وَ إِشْرَاقًا

5- صَرَّفِ الْفِعْلَ " يَتَنَاوَلُ " مَعَ ضَمَائِرِ الْمُخَاطَبِ :

..... : : :
..... : : :

الوضعية الإدماجية: الأَغْذِيَّةُ غَيْرُ الصَّحِيَّةِ تُشَكِّلُ خَطَرًا عَلَى صِحَّةِ الْإِنْسَانِ وَ تَنْسَبُّ فِي

إِصَابَتِهِ بِأَمْرَاضٍ خَطِيرَةٍ.

✓ اكَتُبْ فِفْرَةَ مِنْ خَمْسِ أُسْطُرٍ تَتَحَدَّثُ فِيهَا عَنِ خُطُورَةِ الْأَغْذِيَّةِ غَيْرِ الصَّحِيَّةِ وَ كَيْفِيَّةِ الْمُحَافَظَةِ عَلَى صِحَّتِنَا.

