najah213.com · نجاح 213

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

السنة الخامسة ابتدائي — السنة الدراسية: 2023/2022

تقويم الفصل الثاني (02) في مادة: اللغة العربية — المدة: ساعة ونصف

النصّ:

إنَّ الْوَعْيَ الصِّحِّيَّ مَطْلَبٌ ضَرُورِيٌّ، فَصَحِيحُ الْجِسْمِ (يَسْتَمْتِعُ بِالطَّعَامِ وَالشَّرَابِ وَيَنْعَمُ بِالْحَيَاةِ مِنْ حَوْلِهِ) فَهُوَ قَادِرٌ عَلَى الْعَمَلِ وَالتَّفْكِيرِ. فَالصِّحَّةُ أَغْلَى مَا يَمْلِكُهُ الإِنْسَانُ، وَقَد قِيلَ قَدِيمًا: "الصِّحَّةُ تَاجٌ عَلَى رُؤُوسِ الْأَصِحَّاءِ لا يَرَاهُ إِلَّا الْمَرْضَى". فعَلَى الْإِنْسَانِ أَنْ يَتَّبِعَ الْعَادَاتِ الصِّحِّيَّةَ السَّلِيمَةَ فِي طَعَامِهِ وَشَرَابِهِ وَنَومِهِ وَعَمَلِهِ، وَيَعْمَلَ عَلَى تَغْيِيرِ السُّلُوك الْغِذَائِيِّ الْخَطأ، فَالطَّعَامُ مِنْ غَيْرِ إِسْرَافٍ يُغَذِّي الْجِسْمَ، وَيَحْفَظُ الْقُوَّةَ، وَيُجَدِّدُ النَّشَاطَ، وَالإِفْرَاطُ فِيهِ يُسَبِّبُ السُّمَنَةَ وعسر الهضم وَخُمُولَ الْجِسْمِ وَالتَّعَرُّضَ لِلأَمْرَاضِ.

ويَكُونُ الْغِذَاءُ صِحِّيًّا وَمُفِيْدًا إِذَا كَانَ مُتَنَوِّعًا وَنَظِيفًا وَمُحْتَفِظًا بِفَوَائِدِهِ الْغِذَائِيَّةِ وَمُحْتَوِيًا الْعَنَاصِرَ الَّتِي يَحْتَاجُ إِلَيْهَا الْجِسْمُ، مِثْلُ: تَنَاوُلِ الْخَضْرَاوَاتِ وَالْفَوَاكِهِ الطَازَجَةِ واللُّحُومِ وَالأَلْبَانِ وَالْحُبُوبِ، فَالإِنْسانُ يَأْكُلُ لِيَعِيشَ وَلاَ يَعِيشُ لِيأْكُلَ. وَمِن الْعَادَاتِ الْمُفِيدَةِ للصحة تناولُ كمية كَافِيةٍ مِنْ الْمَاءِ لِيَظَلَّ الْجِسْمُ رَطْبًا، واستنشاق الْهَواءِ غَيْرِالملوث وتعريضُ الْفِرَاشِ لِأَشِعَّةِ الشَّمْسِ لِقَتْلِ الْجَرَاثِيمِ، فلذا يجب عليكم أن تحسنوا اختيار غذائكم حتى تحافظوا على صحتكم وعلى سلامة أجسامكم.

البناء الفكري : (3ن)

1. هات عنوانا مناسبا للنص .
2. ماذا يسبب الإفراط في الطعام؟.
3. هات من النص مرادف كلمة " **سَلِيمُ** " ثم وظفها في جملة من انشائك.
4. استخرج من النص ضد كلمة **"الاقتصاد"**.

البناء اللغوي :(3ن)

1. أعرب ماتحته خط في النص
2. استخرج من النص :

فعلا معتلاّ ناقصا – ضميرا منفصلا – فعلا ناسخا – فعلا صحيحا مهموزا

3. حول إلى جمع المذكر العبارة التي مابين قوسين في النص
4. علل سبب كتابة همزة الوصل في كلمة **"استنشاق"**

الوضعية الإدماجية :(4ن)

قِيلَ قَدِيمًا: "الصِّحَّةُ تَاجٌ عَلَى رُؤُوسِ الْأَصِحَّاءِ لا يَرَاه إِلَّا الْمَرْضَى".

تحدث في فقرة من 8 إلى 10 أسطر عن كيفية المحافظة على صحتك مبينا القواعد الصحية التي يجب اتّباعها موظفا حرفا ناسخا ومضافا إليه مسطّرا تحتهما.

مع تمنياتي للجميع كل التفوق والتميز

الأستاذ بكوش جعفر
www.dzexams.com

فروض واختبارات مع الحلول لكل المستويات — مجاناً
najah213.com

najah213.com · نجاح 213

الحل النموذجي

البناء الفكري : (3ن)

1. العنوان المناسب للنص هو الصحة والغذاء، المحافظة على الصحة .....
2. يسبب الإفراط في الطعام السُّمَنةَ وَعُسْرَ الْهَضْمِ وَخُمُولَ الْجسْمِ وَالتَّعَرُّضَ لِلأَمْرَاضِ.
3. سَلِيمُ = صحيح

توظيفها في جملة الجسم السليم في العقل السليم.

4. ضد كلمة **"الاقتصاد"** هو الإسْرَافِ * الافراط



البناء اللغوي :(3ن)

1. أعرب ما تحته خط في النص

الْوَعْيَ : اسم " إنّ " منصوب وعلامة نصبه الفتحة الظاهرة على آخره

الشَّمْسِ: مضاف إليه مجرور وعلامة جرّه الكسرة الظاهرة على آخره

2. استخرج من النص :

فعلا معتلاّ ناقصا	ضميرا منفصلا	فعلا ناسخا	فعلا صحيحا مهموزا
يَرَاهُ (رأى)	هو	كان يكون يظل	يأكل(أكل)

3. التحويل إلى جمع المذكر العبارة التي ما بين قوسين في النص

(يَسْتَمْتِعُون بِالطَّعَامِ وَالشَّرَابِ وَيَنْعَمُون بِالْحَيَاةِ مِنْ حَوْلِهِم)

4. كتبت همزة الوصل في كلمة **"استنشاقُ" لأنها مصدر فعل سداسي**

الوضعية الإدماجية

إنّ الصحة من أفضل النعم التي أنعم بها الله علينا ولا يعرف قيمتها الا المرضى، فمن جرب المرض وتجرّع مرارة الألم يدرك قيمتها.

الصحة هي أساس كل نشاطاتي، فلولاها لما ذهبت إلى المدرسة لطلب العلم و لفقدت القدرة على التركيز والتفكير وتخزين المعلومات ولما تمكنت من اللعب مع أصدقائي، ونظرا لأهميتها وجب علينا المحافظة عليها وذلك بممارسة الرياضة، وتناول الغذاء الصحي المتوازن، وكذلك الابتعاد عن الوجبات السريعة والسكريات، وعدم الاكثار من مشاهدة التلفاز والجلوس طويلا أمام شاشة الكمبيوتر، كما يجب المحافظة على نظافة أجسامنا ومحيطنا والابتعاد عن التدخين والمخدرات وإجراء الفحوصات الطبية بشكل دوري.

وفي الختام أنصح كل كبير أو صغير بأن يحافظ على صحته لأن الصحة كنز ثمين قال رسول الله صلى الله عليه وسلم:« نعمتان مغبون فيهما كثير من الناس الصحة والفراغ».

مع تمنياتي للجميع كل التفوق والتميز

www.dzexams.com

فروض واختبارات مع الحلول لكل المستويات — مجاناً

najah213.com