najah213.com · نجاح 213

متوسّطة: كرايم حسين – عزابة | الموسم الدراسيّ:2018/2017

المستوى: السّنة الأولى من التّعليم المتوسّط | المدّة: ساعتان

الاختبار الأخير في مادة اللغة العربية

السند : الطّعام الصّحيّ

الحياةُ اليومَ ليست كما كانت في السّابقِ، فالنّاسُ قديماً كانوا يأكلون الطّعامَ الصّحيَ المزروعَ في حديقة المنزل ويتناولون اللّحوم من الحيوانات التي يربّونها، وبالإجمال فإنّ هذه الأطعمة صحيّةٌ جداً، ولا تُسبّب أيّ نوع من المشاكل الصحيّة، لكنْ في هذه الأيّام الأمرُ مُختلفٌ كلّياً عن الزّمن السّابق، فالكلُّ مشغولٌ بالعمل ، حيث أصبحت الوظيفة من الأولويّات لكلّ شخص، وبالتّالي فإنّ رّجوع الشخص إلى المنزل منهكاً بعد يومٍ طويلٍ من العمل يجعل أمرالطّبخ صعباً جداً، أو مُستحيلاً وهنا تبدأُ رحلةُ الأكل السّريعِ المُشبّعِ بالدّهون، والموادّ الحافظة والأصباغ الصّناعيّة، ولا يدرك الشّخص فداحةَ هذا الأمر إلّا عند وقوعِ خَطْبٍ ما.

مِنَ المُهمّ حقاً تناول الطّعامِ الصّحيّ، لأنّه بالفعل يجعلكَ تشعرُ بالطّاقة الإيجابيّة والسَّعادة، ويجعلك تبدو مختلفاً بسبب كُلِّ الفيتامينات والمعادن التي يستفيد منها الجسم ، ولهذا فالنّظام الغذائيّ الصحّي والمتوازن يجب أن يكون مليئاً بالعناصر الغذائيّة الأساسيّة اللّازمة لكيْ يعملَ الدّماغ والجسمُ بشكلٍ جيّد، بالإضافة إلى ذلك فإنّ لتناول الغذاء الصّحي فوائد أُخرى منها أنّه: يساعد على الحفاظ على وزن صحيٍّ وطبيعيّ، ويقوّي مناعة الجسم فيُشفَى من الأمراض بسرعةٍ أكبر، ويؤثّرُ على المزاجِ تأثيراً إيجابياً، بحيث إذا قمتَ بتناول الأطعمة المليئة بالدّهون فسوفَ تشعرُ بالكآبة وقلّة النّشاط أمّا تناول الطّعام الجيّد فيُحسّنُ من المزاج، ويزيد من النّشاط ، ويُعطيكَ الطّاقةَ لممارسةِ أيَّ نوعٍ من النّشاطات البدنيّة والريّاضيّة الّتي تحبُّها...فيا أيّها الإنسان حافظ على صحّتك فهي تاجٌ فوق رؤوسنا.

الأنترنت بتصرف

الأسئلـــــــة:

1/فهم المكتوب:12ن

أ/ فهم النّص:6ن

1- اقترح فكرة عامّة مناسبة للنص 1ن

2- ما هي مصادر طعام الإنسان القديم؟.....1ن

3- استخرج من النّص فائدتين للطّعام الصّحيّ.....2ن

4-هات مرادف : فداحة - خَطْبٍ.....2ن

ب/ قواعد اللغة: 4ن

1- أعرب ما سُطّر في النّص.....2ن

2- لماذا لم تظهر ألف التّفريق في آخر الفعل (تبدو).....1ن

3- هناك كلمات في النّص حذفت منها الألف كتابةً بالرّغم من النّطق بها . هات مثالين على ذلك.....1ن

ج/ أتذوّق النّص:2ن

1/ استخرج من النّص : - أسلوبا إنشائيا وحدّد نوعه.....1ن

2/ في الفقرة الأخيرة تشبيه ، حدّده 1ن

فروض واختبارات مع الحلول لكل المستويات — مجاناً

najah213.com

إنتاج المكتوب :8ن

الوضعية الإدماجية :

السّياق: تعتبر ممارسة الرياضة من أهم الأشياء التي يوصي بها الأطباء ويدعون لممارستها يوميا .

التّعليمة: حرّر فقرة لا تتجاوز اثني عشر سطرا تمزج فيها بين السّرد والوصف مبرزا من خلالها أهمّية ممارسة الرّياضة في حياتنا والفوائد الصحية التي تقدمها لنا ، موظّفا الحال والألف اللّيّنة وأدوات التّعليل والتّوكيد المناسبة.

انتهـــى

فروض واختبارات مع الحلول لكل المستويات — مجاناً