

لُعَيْتِي الْجَمِيلَةُ

للفصل الخامس الابتدائي
الفصل الدراسي الأول

كِتَابُ الطَّالِبِ



ابتدائي



طبعة ١٤٣٨ - ١٤٣٩ هـ
٢٠١٧ - ٢٠١٨ م

أَجَسَا مُنَا وَصَيَّنَتَهَا

٣

قَالَ تَعَالَى: ﴿وَفِي أَنْفُسِكُمْ أَفَلَا تُبْصِرُونَ﴾ (الذاريات: ٢١).

يَبْدُو النَّاسُ فِي الْعَالَمِ مِنْ حَوْلِنَا مُخْتَلِفِينَ ، وَلَكِنَّهُمْ مُكَوَّنُونَ بِالطَّرِيقَةِ نَفْسِهَا ، وَمِنْ الْأَعْضَاءِ نَفْسِهَا ، وَهِيَ أَعْضَاءٌ تَتَأَلَّفُ مِنْ مِليَارَاتِ الْخَلَايَا .

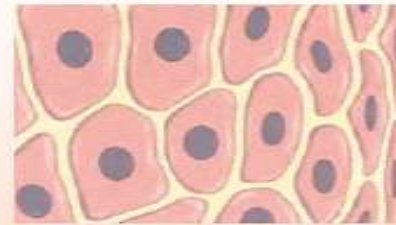
يَقُومُ الْجِسْمُ بِأَعْمَالٍ كَثِيرَةٍ : قَبَالَجِسْمٍ نَأْكُلُ وَنَتَحَرَّكُ وَنَرْكُضُ وَنَتَنَفَّسُ وَنُفَكِّرُ ... وَلِلْقِيَامِ بِهِذِهِ الْأَعْمَالِ كُلِّهَا يَسْتَعْمِلُ الْجِسْمُ أَعْضَاءً مُخْتَلِفَةً : كَالْمَعِدَةِ وَالْأَمْعَاءِ وَالْعَضَلَاتِ وَالِدِّمَاغِ ، وَهَذِهِ الْأَعْضَاءُ مُؤَلَّفَةٌ مِنْ مِليَارَاتِ الْعُنَاصِرِ الصَّغِيرَةِ الَّتِي لَا تُرَى بِالْعَيْنِ الْمُجَرَّدَةِ وَتُسَمَّى (الْخَلَايَا) .

وَتُعَدُّ أَصْغَرَ أَجْزَاءِ الْجِسْمِ ؛ فَلَا تُرَى إِلَّا بِالْمِجْهَرِ ، وَقَدْ جَعَلَهَا اللَّهُ سَبَبًا لِحَيَاةِ الْجِسْمِ ؛ لِهَذَا فَهِيَ بِحَاجَةٍ إِلَى غِذَاءٍ وَإِلَى مَادَّةٍ نَجِدُهَا فِي الْهَوَاءِ هِيَ الْأُكْسِجِينُ ، وَالْخَلَايَا لَا تَتَّخِذُ شَكْلًا وَاحِدًا ؛ لِأَنَّهَا تُؤَدِّي أَدْوَارًا مُخْتَلِفَةً حَسَبَ مَوْقِعِهَا فِي الْجِسْمِ .

١



أَقْرَأْ
وَأَسْتَفِيدْ



خلايا الجسم

أَتَأْمَلُ كُلَّ صُورَةٍ مِّنَ الصُّوَرِ التَّالِيَةِ، ثُمَّ أَدَوْنِ الْمَطْلُوبَ مِنْهَا فِي الْمَكَانِ الْمَحْدَدِ.



أَلَا حَظٌّ
وَأَسْتَنْتِجُ



٣



٢



١



٦



٥



٤

الصُّورَةُ	الْعُضْوُ الْمُتَضَرَّرُ	الضَّرَرُ الْمُتَوَقَّعُ	السَّبَبُ
١	الأُذُنُ	ثَقَبُ طَبْلَةِ الأُذُنِ	اسْتِعْمَالُ أَدَاةٍ مُدَبَّيَةٍ
٢	الْبَلْعُومُ	التَّهَابُ اللُّوزَتَيْنِ	تَنَاوُلُ المِثْلَجَاتِ
٣	الْقَدَمَانِ	الجُرُوحُ وَخُرُوجُ الدَّمِ	المَشْيُ بِدُونِ حِذَاءٍ
٤	المَعْدَةُ	التَّسَمُّمُ	تَنَاوُلُ أَطْعَمَةٍ غَيْرِ نَظِيفَةٍ
٥	الْأَنْفُ	الإِصَابَةُ بِالزَّكَامِ	التَّعَرُّضُ لِلهَوَاءِ البَارِدِ
٦	الْعَيْنَانِ	ضَعْفُ البَصَرِ	القُرْبُ مِنَ التِّلْفَازِ

أَتَأْمَلُ أَعْضَاءَ جِسْمِي، ثُمَّ أَكْتُبُ مَا أَتَذَكَّرُهُ مِنْ أَسْمَائِهَا .



الرَّأْسُ الأَكْتَافُ الحَنْجَرَةُ اليَدَانِ
الْعِظَامُ - العَضَلَاتُ - المَفَاصِلُ
الأَصَابِعُ الصِّدْرُ القلبُ الرِّئَتَانِ الرِّقْبَةُ البَطْنُ

أُسْمِي الْأَجْهَزةَ التَّالِيَةَ وَأَكْتُبْهَا فِي الْمَكَانِ الْمُنَاسِبِ .

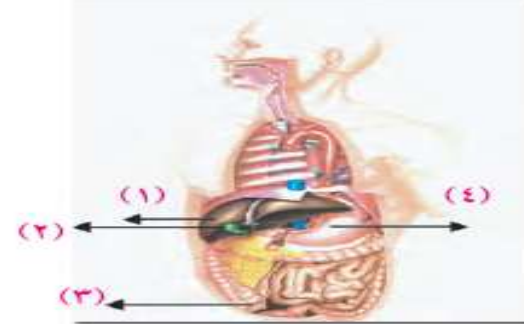
أَضَعْ رَقَمَ الْعُضْوِ فِي الْمُرَبَّعِ الْمُحَدَّدِ .

(الْجِهَازُ **التنفسي**)



1 ☐ الأنف
2 ☐ الحَنَجرَةُ
3 ☐ الرئة

(الْجِهَازُ **الهضمي**)



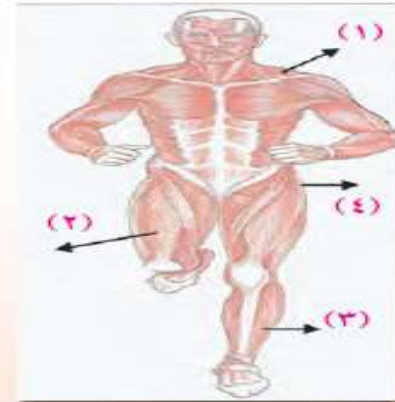
1 ☐ الكَبِدُ
2 ☐ المَرَارَةُ
3 ☐ الزَّائِدَةُ
4 ☐ المَعِدَةُ

(الْجِهَازُ **العظمي**)



1 ☐ عَظْمُ التَّرْقُوةِ
2 ☐ الكُفْبَرَةُ
3 ☐ الصَّابُونَةُ
4 ☐ الشَّظِيَّةُ

(الْجِهَازُ **العضلي**)



1 ☐ عَضَلَةُ الْكَتِفِ
2 ☐ عَضَلَاتُ الْفَخِذِ
3 ☐ بَطَّةُ السَّاقِ
4 ☐ عَضَلَاتُ الْجَذْعِ

أَضَعْ عَلَامَةً (✓) يَمِينِ الْعَمَلِ الَّذِي يُفِيدُ الصَّحَّةَ ، وَعَلَامَةً (×) يَمِينِ الْعَمَلِ الَّذِي يَضُرُّ بِالصَّحَّةِ :

- | | | | |
|--|---|---|---|
| تَنَاوُلُ الْفَاكِهَةِ . | ✓ | التَّمَارِينُ الرِّيَاضِيَّةُ . | ✓ |
| الإِكْثَارُ مِنَ الْحَلْوَى . | × | تَنَاوُلُ الْمَشْرُوبَاتِ الْغَازِيَّةِ . | × |
| تَنَاوُلُ الْحَضَرَاوَاتِ . | ✓ | تَأْخِيرُ وَجْبَةِ الْإِفْطَارِ . | × |
| تَنَاوُلُ الشَّاي بِكَثْرَةٍ . | × | النَّوْمُ الْكَافِي . | ✓ |
| الإِكْثَارُ مِنَ الْوَجَبَاتِ السَّرِيعَةِ . | × | تَنَاوُلُ كَثِيرٍ مِنَ السُّكَّرِ . | × |

أَصِلْ كُلَّ عُضْوٍ مِنَ الْعُمُودِ (أ) بِمَا يَتَنَاسَبُ مَعَ وَظِيفَتِهِ فِي جِسْمِ الْإِنْسَانِ فِي الْعُمُودِ (ب)

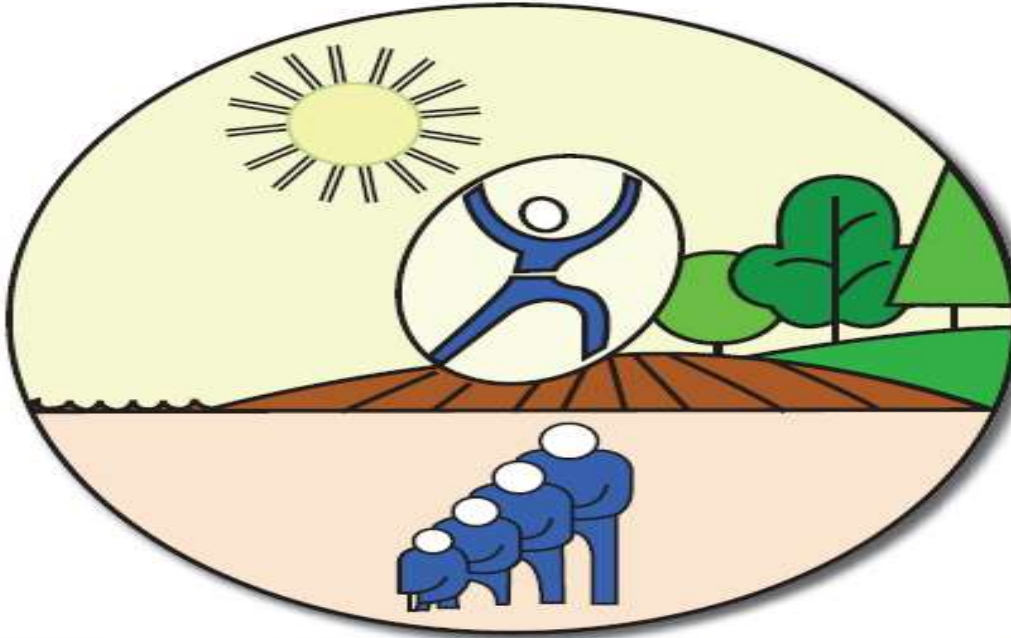
وَذَلِكَ بِوَضْعِ الرَّقْمِ فِي الْمَكَانِ الْمُنَاسِبِ :

ب	م	أ	م
عُضْوٌ حَيَوِيٌّ يُؤَمِّنُ دَوْرَانَ الدَّمِّ فِي الْجِسْمِ .	2	اللِّسَانُ	١
تُخْزِنُ الْمَادَّةَ الصَّفْرَاءَ الَّتِي تُفَرِّزُ مِنَ الْكَبِدِ وَتُنْظِمُ خُرُوجَهَا .	4	الْقَلْبُ	٢
تُرَوِّدَانِ الْجِسْمَ بِالْأَكْسِجِينِ وَتَطْرُدَانِ غَازَ الْكَزْبُونِ مِنَ الدَّمِّ .	5	الْكُلَيْتَانِ	٣
تُضْفِيهِ الدَّمِّ مِنَ الْبَوْلِ .	3	الْمَرَارَةُ	٤
يُسَاعِدُ عَلَى تَذْوُقِ الطَّعَامِ وَمَضْغِهِ وَبَلْعِهِ وَتَشْكِيلِ أَصْوَاتِ الْكَلِمَاتِ .	1	الرِّئَتَانِ	٥

أَحَدُ أَسْمَاءِ الْأَعْضَاءِ الْمَذْكُورَةِ فِي الْأَحَادِيثِ أَوْ أَسْمَاءَ وَظِيفَتِهَا .
بِمُشَارَكَةِ مَنْ بِجَوَارِي أَكْثَبُ فَائِدَةٌ لِكُلِّ حَدِيثٍ مِنَ الْأَحَادِيثِ .

الفائدة	اسم العضو / وظيفته	الحديث النبوي
أن القلب هو سبب صلاح جميع الأعضاء	القلب	عَنْ النُّعْمَانِ بْنِ بَشِيرٍ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ قَالَ : سَمِعْتُ رَسُولَ اللَّهِ ﷺ يَقُولُ : « أَلَا وَإِنَّ فِي الْجَسَدِ مُضَغَةً إِذَا صَلَحَتْ صَلَحَ الْجَسَدُ كُلُّهُ ، وَإِذَا فَسَدَتْ فَسَدَ الْجَسَدُ كُلُّهُ ، أَلَا وَهِيَ الْقَلْبُ » . رواه مسلم
من أدى النوافل فله أجر عظيم وهو محبة الله	السمع البصر اليدين الرجل	عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ قَالَ : قَالَ رَسُولُ اللَّهِ ﷺ : « وَمَا يَزَالُ عَبْدِي يَتَقَرَّبُ إِلَيَّ بِالنَّوَافِلِ حَتَّى أَحِبَّهُ ، فَإِذَا أَحْبَبْتُهُ كُنْتُ سَمْعَهُ الَّذِي يَسْمَعُ بِهِ ، وَبَصَرَهُ الَّذِي يُبْصِرُ بِهِ وَيَدَهُ الَّتِي يَبْطِشُ بِهَا ، وَرِجْلَهُ الَّتِي يَمْشِي بِهَا » . رواه البخاري
بيان فضل البكاء من خشية الله والحراسة في سبيل الله	العينان	عَنْ ابْنِ عَبَّاسٍ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُمَا قَالَ : سَمِعْتُ رَسُولَ اللَّهِ ﷺ يَقُولُ : « عَيْنَانِ لَا تَمْسُهُمَا النَّارُ : عَيْنٌ بَكَتْ مِنْ خَشْيَةِ اللَّهِ ، وَعَيْنٌ بَاتَتْ تَحْرُسُ فِي سَبِيلِ اللَّهِ » . رواه البخاري
حفظ الجوارح والحواس من الوقوع في المعاصي	الرأس البطن	عَنْ عَبْدِ اللَّهِ بْنِ مَسْعُودٍ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ قَالَ : قَالَ رَسُولُ اللَّهِ ﷺ : « اسْتَحْيُوا مِنْ اللَّهِ حَقَّ الْحَيَاءِ . قَالَ : قُلْنَا يَا رَسُولَ اللَّهِ إِنَّا نَسْتَحْيِي وَالْحَمْدُ لِلَّهِ . قَالَ : لَيْسَ ذَلِكَ ، وَلَكِنَّ الْإِسْتِحْيَاءَ مِنَ اللَّهِ حَقَّ الْحَيَاءِ أَنْ تَحْفَظَ الرَّأْسَ وَمَا وَعَى وَالْبَطْنَ وَمَا حَوَى » . رواه الترمذي

الرِّيَاضَةُ



أَنشُدْ
وَأَسْتَمِخْ

رِيَاضَةُ الْأَبْدَانِ	سَلَامَةُ الْإِنْسَانِ
تَنْشِيطُ الْأَجْسَامَا	وَتَذْهَبُ الْأَسْقَامَا
تَنْوِرُ الْأَذْهَانَا	وَتَبْعَثُ الْإِيمَانَا
تُحَرِّكُ الدِّمَاءَ	وَتُصْلِحُ الْأَعْضَاءَ
فَرَوْضُوا الْأَجْسَادَا	وَمَرَّنُوا الْأَوْلَادَا
لِيُضْبِحُوا أَبْنَاءَ	وَيُثْقِنُوا الْأَعْمَالَا
وَيَخْدِمُوا الْأَوْطَانَا	وَيَدْفَعُوا الْعُدُوَانَا

● أختار بمُشاركةِ مجموعتي اللّحنَ المناسبَ للنشيد ، ونُسمِعهُ بقيّةَ المجموعاتِ .

● نُبدي رأيَنا : أيّ المجموعاتِ كانَ لَحنُها أجْمَلَ ؟

أَبْحَثْ وَ اُكْتُبْ :



أ أ أختارُ عَضْوًا مِنْ أَعْضَاءِ جِسْمِي وَأُكْتُبُ ثَلَاثَ فِقرَاتٍ عَنْهُ مَعَ الاسْتِرشَادِ بِالأفكارِ التَّالِيَةِ :

◀ وَصِفِ العَضْوَ ، وَمَوْقِعَهُ مِنَ الجِسْمِ .

◀ وَظِيفَتَهُ وَعَمَلَهُ .

◀ كَيْفِيَةِ المَحَافَظَةِ عَلَيْهِ .

ب أَسْتَعِينُ بِمَصَادِرٍ مُخْتَلَفَةٍ : صُحُفٍ - مَجَلَّاتٍ - كُتُبٍ - مَوْسُوعَاتٍ - شَبَكَةِ المَعْلُومَاتِ

الدَّوْلِيَّةِ - بَرَامِجِ الحَاسُوبِ - أَوْثَقُ كِتَابَاتِي بِصُورٍ أَوْ رُسُومٍ تُعِينُ عَلَى تَوْضِيحِ الأفكارِ .

ج أُكْتُبُ مَا جَمَعْتُهُ فِي المَكَانِ المُخَصَّصِ مِنْ كِتَابِ النِّشَاطِ .

خَدَشَ بِالرَّئَةِ الْيُسْرَى

كَانَ خَالِدٌ لَا يَحَافِظُ عَلَى صِحَّتِهِ، يَلْبَسُ الشَّيَابَ الْخَفِيفَةَ فِي الْأَيَّامِ الْبَارِدَةِ وَلَا يَتَّقِي مَجَارِي الْهَوَاءِ، وَحَدَّثَ مَا كَانَ فِي الْحُسْبَانِ أَنْ يَقَعَ، فَقَدْ عَادَ يَوْمًا إِلَى الْمَنْزِلِ بَعْدَ حِصَّةِ الرِّيَاضَةِ، وَقَدْ تَبَلَّلَتْ ثِيَابُهُ عَرَقًا، فَسَارَعَ إِلَى خَلْعِهَا دُونَ أَنْ يُغْلِقَ نَافِذَةَ غُرْفَتِهِ وَلَا بَابَهَا، فَأَصَابَهُ بَرْدٌ، وَقَضَى لَيْلَتَهُ **مَحْمُومًا**، وَاشْتَدَّتْ عَلَيْهِ فِي الْأَيَّامِ الْمُتَوَالِيَةِ نَوْبَاتُ السُّعَالِ.



قَصَدَ عِيَادَةَ طَبِيبٍ مُخْتَصِّصٍ فِي الْأَمْرَاضِ الصَّدْرِيَّةِ، وَجَلَسَ بَيْنَ الْمُنتَظِرِينَ، يُقَلِّبُ بَصَرَهُ **الرَّائِعَ** فِي الْوُجُوهِ الشَّاحِبَةِ، وَالْأَجْسَامِ الْهَزِيلَةِ، وَيَسْأَلُ مَعَ السَّاعِلِينَ، وَاسْتَوَلَى عَلَيْهِ الْقَلْقُ وَالْانْزِعَاجُ، وَتَسَاءَلَ هَلْ يَقَعُ قَرِيسَةٌ لِذَلِكَ الْمَرَضِ الْخَطِيرِ الَّذِي **تَقْشَعِرُ** لَذِكْرِهِ الْأَيْدَانُ؟ وَكَانَ سَمِعَ مَرَّةً صَاحِبًا يَقُولُ: إِنَّ السُّلَّ دَاءٌ خَطِيرٌ، وَجَاءَ دَوْرُهُ فَدَخَلَ حُجْرَةَ الْكَشْفِ، وَرَأَى الطَّبِيبَ عَاكِفًا عَلَى حَوْضٍ صَغِيرٍ يَغْسِلُ يَدَيْهِ، إِنْتَظَرَ وَاقِفًا، وَجَفَّفَ الطَّبِيبُ يَدَيْهِ، ثُمَّ التَفَتَ إِلَيْهِ، كَانَ قَصِيرًا نَحِيفًا، دَقِيقَ الْأَعْضَاءِ، إِلَّا أَنَّهُ كَبِيرُ الرَّأْسِ، أَضْلَعُهُ، وَاسِعُ الْعَيْنَيْنِ، جَاحِظُ الْحَدَقَتَيْنِ، حَادُّ التَّنْظَرَةِ، حَيَّاهُ فَقَالَ لَهُ فِي رَفَقٍ: أَهْلًا وَسَهْلًا، تَفَضَّلْ بِالْجُلُوسِ، مِمَّ تَشْكُو؟

أَشَارَ خَالِدٌ إِلَى صَدْرِهِ قَائِلًا: أُرِيدُ أَنْ أَكْشِفَ عَلَى صَدْرِي.

أَمَرَهُ الطَّبِيبُ بِأَنْ يُعَرِّيَ صَدْرَهُ، وَوَضَعَ السَّمَاعَةَ عَلَى صَدْرِهِ وَطَلَبَ مِنْهُ أَنْ يَتَنَفَّسَ بِقُوَّةٍ ثُمَّ أَخَذَ يَنْقُرُ بِسِتَابَتِهِ عَلَى مَوَاطِنَ مُخْتَلِفَةٍ مِنَ الظَّهْرِ، ثُمَّ قَالَ : إِنِّي أَشْكُ فِي وُجُودِ إِصَابَةٍ بِالرَّثَةِ الْيُسْرَى، وَلَكِنْ أَذْهَبُ **تَوًّا** إِلَى الطَّبِيبِ فَلَا أَنْ لِيَصَوِّرَ صَدْرَكَ بِالْأَشْعَةِ، وَغَدُ إِلَيَّ بِالنَّتِيجَةِ .

مَضَى خَالِدٌ إِلَى الطَّبِيبِ الْمُخْتَصَّصِ فِي الْأَشْعَةِ وَانْتَظَرَ سَاعَاتٍ يُعَانِي مِنَ الْخَوْفِ، ثُمَّ عَادَ إِلَى طَبِيبِهِ وَمَعَهُ صُورَةُ الْأَشْعَةِ فَقَحَصَهَا بِعِنَايَةٍ ثُمَّ قَالَ : هُوَ **خَدَشٌ** بِالرَّثَةِ الْيُسْرَى كَمَا تَصَوَّرْتُ، فَقَالَ لَهُ خَالِدٌ : هَلْ يَعْْنِي هَذَا أَنَّهُ سَلٌّ لَا يُرْجَى لَهُ شِفَاءٌ ؟ **فَحَدَّجَهُ** الطَّبِيبُ بِاسْتِنْكَارٍ وَقَالَ : اطْرُحْ هَذِهِ الْمَخَافَافَ جَانِبًا؛ فَالْعِلْمُ تَطَوَّرَ جَدًّا، وَاعْلَمْ أَنَّ حَالَتَكَ مَضْمُونَةُ الشِّفَاءِ - يَا ذَنَ اللَّهَ - إِذَا اتَّبَعْتَ مَا أَنَا مُوصِيكَ بِهِ . غِذَاءٌ جَيِّدٌ وَرَاحَةٌ تَامَّةٌ وَهَوَاءٌ جَافٌ نَقِيٌّ .

عن نجيب محفوظ : خان الخليلي
الدار التونسية للنشر ط ٢٠١٩٨٥ م

المعجم المساعد

تَوًّا : حالاً أو فوراً .
خَدَشٌ : جرح .
حَدَّجَهُ : أَحَدَّ النَّظَرَ إِلَيْهِ .

المحموم : المصاب بالحمى .
زَائِعٌ : زَاغَ الْبَصَرُ فَهُوَ زَائِعٌ .
أَيُّ اتَّسَعَتِ الْعَيْنَانِ مِنْ خَوْفٍ شَدِيدٍ .
تَقَشَّعَرُ : تَرْتَعِدُ .



١- أَنْطَقَ الْكَلِمَاتِ التَّالِيَةَ مَعَ الاسْتِعَانَةِ فِي ضَبْطِهَا بِالْكِتَابِ :

تَبَلَّلَتْ - يَسْعَلُ - حَدَجَهُ - خَدَشَ - جَافَ .

٢- أَقْرَأْ مَا يَأْتِي وَآمِيزْ فِي التَّنْطِقِ بَيْنَ هَمَزَتِي الْوَصْلِ وَالْقَطْعِ :

يَلْبَسُ الشَّيَابُ الْخَفِيفَةَ فِي الْأَيَّامِ الْبَارِدَةِ - وَحَدَّثَ مَا كَانَ فِي الْحُسْبَانِ أَنْ يَقَعَ - كَانَ قَصِيرًا نَحِيفًا ، دَقِيقَ الْأَعْضَاءِ ، إِلَّا أَنَّهُ كَبِيرُ الرَّأْسِ - إِنِّي أَشْكُ فِي وُجُودِ إِصَابَةٍ بِالرَّقَةِ الْيُسْرَى .

٣- أَقْرَأِ الْعِبَارَاتِ التَّالِيَةَ قِرَاءَةً جَهْرِيَّةً مَعَ مُرَاعَاةِ الْوَقْفِ فِي الْمَكَانِ الْمُنَاسِبِ :

● فَقَدْ عَادَ يَوْمًا إِلَى الْمَنْزِلِ بَعْدَ حِصَّةِ الرِّيَاضَةِ ، وَقَدْ تَبَلَّلَتْ ثِيَابُهُ عَرَقًا ، فَسَارَعَ إِلَى خَلْعِهَا ، دُونَ أَنْ يُغْلِقَ نَافِذَةَ غُرْفَتِهِ وَلَا بَابَهَا ، فَأَصَابَهُ بَرْدٌ ، وَقَضَى لَيْلَتَهُ مَحْمُومًا ، وَاشْتَدَّتْ عَلَيْهِ فِي الْأَيَّامِ الْمُتَوَالِيَةِ نَوْبَاتُ السُّعَالِ ...

● ... اِنْتَظَرَ وَاقِفًا ، وَجَفَّفَ الطَّيِّبُ يَدَيْهِ ثُمَّ التَفَتَ إِلَيْهِ ... كَانَ قَصِيرًا نَحِيفًا ، دَقِيقَ الْأَعْضَاءِ ، إِلَّا أَنَّهُ كَبِيرُ الرَّأْسِ ، أَصْلَعُهُ ، وَاسِعُ الْعَيْنَيْنِ ، جَاحِظُ الْحَدَقَتَيْنِ ، حَادُّ النَّظَرَةِ ... حَيَّاهُ فَقَالَ لَهُ فِي رَفَقٍ : أَهْلًا وَسَهْلًا ... تَفَضَّلْ بِالْجُلُوسِ ... مِمَّ تَشْكُو ؟

١- أَاعْتَمِدْ عَلَى نَفْسِي فِي شَرْحِ الْكَلِمَاتِ التَّالِيَةِ كَمَا وَرَدَتْ فِي النَّصِّ :

قَضَى - قَصَدَ - الشَّاحِبَةَ - الْهَزِيلَةَ - جَاحِظَ - يَنْقُرُ .

أَرْجِعْ إِلَى مُنْجَمِي الْأَلْفَبَائِيِّ ، وَأَقَارِنْ بَيْنَ شَرْحِي وَشَرْحِ الْمُنْجَمِ .

٢- أَجْمَعْ مِنَ النَّصِّ الْأَلْفَاظَ الَّتِي تَنْتَمِي إِلَى مُعْجَمِ جِسْمِ الْإِنْسَانِ :

الأمراض الصدرية بصره الزائغ الوجوه الشاحبة الأجسام الهزيلة
الأبدان يغسل يديه دقيق الأعضاء كبير الرأس أصلعه
واسع العينين



جسامنا وصحتها



٣- اسْتَغْمِلْ كُلَّ كَلِمَةٍ مِنَ الْكَلِمَاتِ التَّالِيَةِ فِي جُمْلَةٍ تَوْضَحُ مَعْنَاهَا :

اسْتِنَكَار - تَقْشَعِرُّ - خَدَشَ

الْكَلِمَةُ	وَضَعْهَا فِي جُمْلَةٍ تَوْضَحُ مَعْنَاهَا
اسْتِنَكَار	تلقى عادة التدخين استنكاراً من المجتمع
تَقْشَعِرُّ	في الحروب مناظر تقشعر منها الأبدان
خَدَشَ	أصاب زجاج سيارتي خدش يجب إصلاحه

١- أَقْرَأِ النَّصَّ بِسُرْعَةٍ؛ لَأَسْتَخْرِجَ مِنْهُ جُمْلَةً مِنْ كَلَامِ الطَّبِيبِ، تُعَبِّرُ عَنْ تَطَوُّرِ الْعِلْمِ

فِي عَصْرِنَا ؟

فالعلم تطور جداً

٢- مَا أَشْيَابُ مَرَضِ خَالِدٍ ؟

لبس الثياب الخفيفة في الأيام الباردة

٣- عَنْ أَيِّ شَيْءٍ كَشَفَتْ صُورَةَ الْأَشْعَةِ ؟

كشفت عن خدش بالرئة اليسرى

٤- بِمِ أَوْصَاءِ الطَّبِيبِ إِذَا أَرَادَ الشِّفَاءَ ؟

أوصاه بتناول الغذاء الجيد وأخذ الراحة الكافية واستنشاق الهواء النقي

٥- لِمَاذَا طَلَبَ مِنْهُ الطَّبِيبُ أَنْ يَصُورَ صَدْرَهُ بِالْأَشْعَةِ ؟

كي يتمكن من معرفة مرضه



أَفْهَمَ



أَفَكَّرَ

٦- بَعْدَ مَا فَهِمْتُ النِّصَّ أَقْرَأُهُ قِرَاءَةً جَهْرِيَّةً سَلِيمَةً مُعْبِرَةً .



القِرَاءَةُ
الْجَهْرِيَّةُ
الْمُعْبِرَةُ

٧- أَبْحَثُ عَنْ ثَلَاثَةِ مِنَ الْأَمْرَاضِ الَّتِي تُصِيبُ الصَّدْرَ ، وَطَرَائِقِ الْوَقَايَةِ مِنْهَا ،
وَأُضَمِّنُهَا مَلَفًا تَعْلُمِي .



أُغْنِي مَلَفًا
تَعْلُمِي

اسم التفضيل

اسم التفضيل : هو اسم يدل على أنَّ شَيْئَيْنِ اشتركا في صِفَةٍ وزادَ أَحَدُهُما على الآخرِ في هذه الصِّفَةِ .
 مثل : عليٌّ أطولُ من سعيدٍ .
 فالأثنانِ طويلاَنِ وفيهما هذه الصِّفَةُ وَلَكِنَّ عليًّا زادَ على سعيدٍ في الطُّولِ .



اقرأ
وأفهم

٢ أتبادلُ مع أخي قياسَ أَعْضاءِ الْجِسْمِ التَّالِيَةِ :

طولُ الذِّراعِ - طولُ السَّاقِ - مُحيطُ الرِّقْبَةِ .

اختارُ اسمَ التَّفضيلِ الْمُناسِبَ :

- ذراعي (أطولُ / أقصرُ) مِنْ ذِرَاعِ أَخِي **أطول**
- ساقِي (أطولُ / أقصرُ) مِنْ ساقِ أَخِي **أقصر**
- رَقَبَتِي (أكبرُ / أصغرُ) مِنْ رَقَبَةِ أَخِي **أطول**



أَمَلًا الْفَرَاغَ بِاسْمِ تَفْضِيلٍ مُنَاسِبٍ :

- الْخُبْزُ الْأَسْمَرُ أَنْفَعُ لِلصَّحَّةِ مِنَ الْأَبْيَضِ
- تَنَاوُلُ الْعَصِيرِ أَفْضَلُ مِنْ تَنَاوُلِ الْمَشْرُوبَاتِ الْغَازِيَةِ .
- الطَّائِرَةُ النَّفَّاثَةُ أَسْرَعُ مِنَ الطَّائِرَةِ الْعَادِيَةِ .
- الْبَيْتُ أَصْغَرُ مِنَ الْمَدْرَسَةِ .

أَحْوَلُ الصِّفَاتِ التَّالِيَةِ إِلَى اسْمِ تَفْضِيلٍ ، ثُمَّ أَضْعُهُ فِي جُمْلَةٍ مُفِيدَةٍ عَلَى غَرَارِ الْمِثَالِ :

الصِّفَاتُ	أَسْمَاءُ التَّفْضِيلِ	الْجُمْلَةُ الْمُفِيدَةُ
الشَّجَاعَةُ	أَشَجُّعُ	كَانَ النَّبِيُّ ﷺ أَشَجَعَ النَّاسِ .
الْكَرَمُ	أَكْرَمُ	حاتم الطائي أكرم العرب في زمانه
الْجَمَالُ	أَجْمَلُ	الغزال أجمل من الوعل
الْكَمَالُ	أَكْمَلُ	إجابة علي أكمل من إجابة صالح
الْحُسْنُ	أَحْسَنُ	التبكير أحسن من التأخير

أنتقل إلى كتاب
النشاط لإنجاز النشاط
رقم (٤) .



الاسم الممدود

١- الاسم الممدود : هو اسم آخره همزة قبلها ألف . مثل : صحراء - سماء - عظماء - ابتداء .



أقرأ

٢- أستخرج من نص (خدش بالرة اليسرى) أربعة أسماء ممدودة ، وأكتبها في المكان المخصص :



٣- أجمع من نصوص الوحدة مايمكن من الأسماء الممدودة ، وأدونها بجمالها في الشكل التالي :

الأعضاء	أجزاء	الهواء	الأمعاء	أجزاء
أسماء	الحياء	الأشياء	الشتاء	الماء

انتقل إلى كتاب النشاط
لإنجاز النشاط
رقم (٥) .



(قراءة النص لتعديل السؤال) :



أقرأ

في الوحدة الأولى تدرّبت على استطلاع النصّ وتدوين عناوين جانبية لفقراته إن لم يكن لها عناوين .
وفي الوحدة الثانية تدرّبت على وضع سؤال حول كلّ فقرة من فقرات النص اعتماداً على عنوان الفقرة .
وفي هذه الوحدة سأعيد قراءة الفقرات : لأتحقق من دقة صياغة السؤال .

أقرأ الفقرة التالية ، ثمّ أعاون مع من يجاورني في :

❖ وضع عنوان مناسب للفقرة .

❖ وضع سؤال مناسب للفقرة .



لسانك يُخبرك عن طعم الأشياء : أحلوة هي أم مرّة أم مالحة أم حامضة ؟ وكلّ جزء من اللسان يتذوّق طعمًا منها ، فإذا وضعت سُكَّرًا

في فمك ، فإنّ حلاوة السُكَّر تجدّها على رأس لسانك ، إنّه الجزء المُخصّص لتذوّق الطّعام الحلو . ضع الآن شيئًا من الملح في فمك ، فإنّك ستُحسّ بملوحته على جوانب لسانك الأماميّة . هات ليُمونة واعصر قطرة منها في فمك إنّها حامضة كما تعلم وسوف تُحسّ بحموضتها على جوانب لسانك الخلفيّة . وإذا كنت قد تناولت مرّة حبة لوز أخضر ، فموكّد أنّك شعرت بمرارتها في مؤخرة لسانك .

مناطق التذوق في اللسان

السؤال المناسب للفقرة • عنوان الفقرة •
ما مناطق التذوق في اللسان ؟

٢ أعود لقراءة الفقرة السابقة لأتحقق من دقة السؤال :

• وجدت إجابة واضحة للسؤال • نعم ☐ لا ☐

• وجدت أنني بحاجة لوضع أسئلة أخرى للإجابة

عن معلومات لم يشملها السؤال الأول • نعم ☐ لا ☐

٣ أقرأ النص ، ثم أنقذ مع مجموعتي التالي :

نضع عنواناً لكل فقرة .

نحول كل عنوان إلى سؤال .

نعيد قراءة النص مرة أخرى للحكم على السؤال • أهو مناسب أم يحتاج إلى تعديل ؟ وهل
نحتاج إلى إضافة أسئلة أخرى ؟

جسمك والآلة

النص :

تحتاج الآلة إلى وقود ، وكذلك أجسامنا . وكما أن الوقود في الآلة يَحترق لكي يُعطيها الطاقة اللازمة للحركة ،
فكذلك الغذاء الذي نتناوله يُعطينا الطاقة للحركة والعمل واللعب ، ويجعل جسمنا دافئاً دائماً ، إذ لا يمكننا أن
نعيش في الشتاء البارد إذا لم يمدنا الغذاء بالحرارة اللازمة ، ليس هذا فقط ، فالغذاء له أهمية كبرى لجسمنا
أكثر من أهمية الوقود للآلة ، لأنه يغذي جسمنا بالمواد الأساسية لبنائه وتجديده ونموه .

إِنَّ مِنَ الْمُضْحِكِ طَبْعًا أَنْ تُفَكِّرَ أَنَّ الْوُقُودَ يُمَكِّنُهُ أَنْ يُضْلَحَ أَيُّ جُزْءٍ مَنطُوبٍ فِي الْآلَةِ ، أَوْ يَجْعَلَهَا تَنُمُو وَتَكْبُرُ ، وَلَكِنَّهَا ظَاهِرَةٌ طَبِيعِيَّةٌ فِي جِسْمِ الْإِنْسَانِ الَّذِي يَنُمُو وَيَكْبُرُ وَيُغَوِّضُ الْأَعْضَاءَ الْمُصَابِيَةَ . فَكُلُّ مِمَّا يُلَاحِظُ مِثْلًا أَنَّ الْجُرُوحَ الَّتِي تَحْدُثُ لَنَا فِي الرُّكْبَةِ عِنْدَ اللَّعِبِ يَنُمُو مَحَلُّهَا جِلْدٌ جَدِيدٌ يَدَلُّ الَّذِي أُصِيبَ فِي الْجُرْحِ ، فَأَنْتَ تَتَنَاوَلُ غِذَاءَكَ لِتُضْلَحَ جِسْمَكَ وَتَجْعَلَهُ يَنُمُو وَيَكْبُرُ .

وَاخْتِيَارُ الطَّعَامِ الْمُنَاسِبِ لِلْجِسْمِ مُهِمَّةٌ أَصْعَبُ مِنَ اخْتِيَارِ الْوُقُودِ الْمُنَاسِبِ لِلآلَةِ ، فَهِيَ تَحْتَاجُ إِلَى نَوْعٍ وَاحِدٍ مُعَيَّنٍ مِنَ الْوُقُودِ ، أَمَّا الْجِسْمُ فَيَحْتَاجُ إِلَى أَنْوَاعٍ كَثِيرَةٍ مِنَ الْأَطِيمَةِ .



إِنَّ هُنَاكَ أَوْلَادًا كَثِيرِينَ ، يُحِبُّونَ أَكْلَ نَوْعٍ مُعَيَّنٍ مِنَ الطَّعَامِ ، وَيَمْتَنِعُونَ عَنْ أَكْلِ أَصْنَافٍ أُخْرَى ، رَغْمَ أَنَّهَا مُهِمَّةٌ لِلْجِسْمِ ، مِثْلُ هَؤُلَاءِ الْأَوْلَادِ لَيْسُوا فِي صِحَّةٍ جَيِّدَةٍ .

فَاللَّبَنُ هُوَ أَحْسَنُ غِذَاءٍ مُفْرَدٍ لِلأَوْلَادِ فِي سِنِّ النُّمُو ، وَلَوْ أَنَّهُ لَا يُغْطِيهِمْ كُلَّ الْغِذَاءِ اللَّازِمِ لَهُمْ ، إِلَّا أَنَّهُ يُعِدُّ الْجِسْمَ بِالْمَوَادِّ الْأَسَاسِيَّةِ لِبِنَاءِ الْعِظَامِ وَالْأَسْنَانِ .

وَيَحْتَاجُ جِسْمُنَا إِلَى الْخَضِرَاوَاتِ وَالْفَوَاكِهَ ، لِأَنَّهَا مِنَ الْمَوَادِّ الْمُهْمَّةَةِ الَّتِي تُعِدُّنَا بِالْفِيْتَامِينَاتِ الضَّرُورِيَّةِ لِلْجِسْمِ . أَمَّا اللَّحُومُ وَالْأَسْمَاكُ وَالْبَيْضُ فَهِيَ مُهِمَّةٌ لِبِنَاءِ الْعِضَلَاتِ ، وَتُسَاعِدُ عَلَى مَدِّ الدَّمِ بِمَادَّةِ الْحَدِيدِ . وَيَحْتَاجُ جِسْمُنَا إِلَى الْخُبْزِ الصَّحِيِّ الْمَصْنُوعِ مِنَ الْحُبُوبِ الْكَامِلَةِ ، كَمَا يَحْتَاجُ دَوْمًا إِلَى الْمَاءِ ، لِأَنَّهُ يَفْقِدُهُ بِطَرِيقٍ كَثِيرَةٍ ، كَمَا يَحْدُثُ فِي الْعَرَقِ وَغَيْرِهِ ، لِذَلِكَ عَلَيْنَا أَنْ نَشْرَبَ حَتَّى نَعْوِضَ الْمَاءَ الْمَفْقُودَ .

تَعْدِيلُ السُّؤَالِ أَوْ إِضَافَةُ أَسْئَلَةٍ أُخْرَى	السُّؤَالُ الْمُنَاسِبُ لَهَا	عُنْوَانُ الْفِئْرَةِ	الْفِئْرَةُ
	ما أهمية الطعام للإنسان ؟	أهمية الطعام للإنسان	الأولى
	ما أوجه الشبه والاختلاف بين الجسم والآلة ؟	مقارنة بين الجسم والآلة	الثانية
	ماذا يحدث لو اقتصر الإنسان على طعام واحد ؟	حاجة الجسم إلى الأطعمة	الثالثة
	ما أنواع الأطعمة التي يحتاجها الجسم ؟	أنواع الأطعمة التي يحتاجها الجسم	الرابعة

لماذا سقطت أزهار؟



١- أَسْتَمِعْ لِلنَّصِّ، ثُمَّ أَجِيبْ عَنِ الْأَسْئَلَةِ التَّالِيَةِ :

لِمَاذَا سَقَطَتْ أَزْهَارٌ عَلَى الْأَرْضِ ؟



لِمَاذَا كَانَ جِسْمُ أَزْهَارٍ نَحِيلًا ؟



مَا الْوَجَبَةُ الَّتِي كَانَتْ أَزْهَارٌ تُهْمِلُهَا ؟



أَسْتَمِعُ
ثُمَّ أَجِيبُ

٢- اخْتَارُ الْإِجَابَةَ الصَّحِيحَةَ مِمَّا يَلِي :

• استأذنت أزهارُ معلّمتها .

تقديم الواجب

الإجابة

الخروج

• رَقَمَ الإسْعَافِ هُوَ .

٩٩٩ ☐

٩٩٧ ☒

٩٩٢ ☐

• نَقَلْتُ أَزْهَارًا إِلَى .

الإدارة ☐

المُستشفى ☒

المنزل ☐

٣- أَضَعُ عَلَامَةً (√) عَنْ يَمِينِ الْعِبَارَةِ الصَّحِيحَةِ وَعَلَامَةً (X) عَنْ يَمِينِ الْعِبَارَةِ الْخَطَأِ :

استدعت المعلمة والددة أزهار . ☒

أزهار طالبة مؤدبة ملتزمة نظيفة ومحافظة على صلاتها . ☒

أصيب أزهار بفقر الدم . ☒

الجسم يحتاج إلى ثلاث وجبات يوميًا . ☒

٤- أَرِبطُ السَّبَبَ بِالنَّتِيجَةِ :

السَّبَبُ

النَّتِيجَةُ

• سوء التغذية

• حضور الإسعاف

• سقوط أزهار

• ضمة مفرطة

• الإكثار من الطعام

• فقر الدم

٥- أَنْسِبُ كُلَّ قَوْلٍ إِلَى قَائِلِهِ :

• يَا أَزْهَارُ لِمَ جِسمُكَ نَحِيلٌ جَدًّا ؟

• أَنَا لَا أَكُلُ كَثِيرًا .

(مسؤولة التغذية)

(أزهار)

نص الاستماع

٦- أَسْمِعْ إِلَى النَّصِّ وَأَخْتَارِ الْمَعْنَى الْمُنَاسِبَ لِكُلِّ كَلِمَةٍ مِنَ الْكَلِمَاتِ الْمُلَوَّنَةِ حَسَبَ وَرُودِهَا فِي النَّصِّ:

- خَيْمَ الضَّمَّتْ . (✓) عَمَّ وَسَادَ الْهُدُوءَ () ارْتَفَعَتْ الْأَصْوَاتُ
• جِسْمُكَ نَحِيلٌ جِدًّا . (✓) هَزِيلٌ () سَمِينٌ
• تَنْهَضُ مِنْ مَقْعِدِهَا (✓) تَقُومُ () تَجْلِسُ

٧- أَرِبطْ الْعُنَاصِرَ الْغِذَائِيَّةَ بِنَوْعِ الْغِذَاءِ الْمُسْتَخْرَجِ مِنْهُ:

- | نَوْعُ الْغِذَاءِ | العُنَاصِرُ الْغِذَائِيَّةُ |
|--------------------------------------|---------------------------------------|
| الفَوَاكِهَ . | ١- السُّكَّرِيَّاتُ الْبَاطِنَةُ |
| الْبَيْضُ وَمُسْتَقَاتُ الْحَلِيبِ . | ٢- الْبُرُوتِيَّاتُ الْحَيَوَانِيَّةُ |
| الْخُبْزُ وَالْحَلِيبُ . | ٣- الْفِيْتَامِينَاتُ |

٨- أَبْدي رَأْيِي فِي :

١- امْتِنَاعَ أَزْهَارٍ عَنِ الْأَكْلِ مِنْ أَجْلِ الْحِمِيَّةِ .

٢- مَوْقِفَ زَمِيلَاتِ أَزْهَارٍ مِمَّا حَصَلَ لَهَا .

٩- بَعْدَ الاسْتِمَاعِ إِلَى النَّصِّ ، مَا هِيَ الرِّسَالَةُ الَّتِي أَرَادَ كَاتِبُ الْقِصَّةِ إِصْصَالَهَا ؟

المحافظة على غذاء متوازن

حالة غامضة

سَعَلَ شَابٌ سَعَالًا حَادًّا وَنَفَثَ دَمًا فَانْتَابَهُ هَلَعٌ وَخَوْفٌ شَدِيدٌ . وَكَانَ فِي ذَلِكَ الْعَصْرِ طَبِيبٌ طَبَّقَتْ شُهْرَتُهُ الْأَفَاقَ وَرَدَّدَتْ الْأَلْسُنُ أَخْبَارَهُ : كَانَ صَاحِبَ كُتُبٍ نَفِيسَةٍ فِي الطَّبِّ ، وَكَانَ مَشْهُورًا بِالْبَرَاعَةِ فِي ذَلِكَ الْعِلْمِ ، فَأَسْرَعَ الشَّابُّ إِلَيْهِ يَلْتَمِسُ الْعِلَاجَ .

دَخَلَ الشَّابُّ عَلَى الرَّازِي وَوَصَفَ لَهُ مَا يَجِدُ فَأَخَذَ الرَّازِيُّ مِجَنَّهُ ثُمَّ سَأَلَهُ عَنْ حَالِهِ مُنْذُ أَلَمَّتِ الْعَلَّةُ بِهِ ، وَأَصْغَى إِلَيْهِ جَيِّدًا ، فَاسْتَخْلَصَ أَنَّهُ لَا يَعْانِي مِنْ سُلٍّ وَلَا مِنْ قُرْحَةٍ ، وَفَكَرَ طَوِيلًا لَكِنَّهُ لَمْ يَهْتَدِ إِلَى سَبَبِ الْمَرَضِ ، فَهَلَعَ الْعَلِيلُ وَقَالَ : « أَنَا هَالِكٌ دُونَ شَكِّ ، فَالرَّازِيُّ - وَهُوَ مَنْ هُوَ مَعْرِفَةٌ بِالطَّبِّ وَحِذْقًا فِيهِ - لَمْ يُشَخَّصْ دَائِي ! » فَرَقَّ الرَّازِيُّ لِحَالِهِ ، وَعَزَمَ عَلَى الْكُشْفِ عَنِ الدَّاءِ ، وَأَطْرَقَ طَوِيلًا ثُمَّ سَأَلَهُ عَنِ الْمِيَاهِ الَّتِي شَرِبَهَا فِي سَفَرِهِ ، فَأَخْبَرَهُ أَنَّهُ شَرِبَ مِنْ مُسْتَنْقَعَاتٍ وَصَهَارِيحٍ ، فَتَدَبَّرَ الْأَمْرَ وَرَجَحَ أَنَّ عِلْقَةً كَانَتْ فِي الْمَاءِ قَدْ وَصَلَتْ إِلَى مَعِدَّتِهِ وَأَنَّ ذَلِكَ النَّفْثَ مِنْ



فَعَلَهَا وَقَالَ لِلشَّابِّ : غَدًا أَجِيْتُكَ بِعِلَاجِكَ ، وَلَا أَنْصَرِفُ مِنْ عِنْدِكَ حَتَّى تَبْرَأَ بِإِذْنِ اللَّهِ تَعَالَى وَلَكِنْ بِشَرْطٍ أَنْ يُطِيعَنِي خَدْمُكَ فِيمَا أَمَرُهُمْ بِهِ ، فَوَافَقَ الشَّابُّ عَلَى ذَلِكَ وَهُوَ يَكَادُ يَطِيرُ مِنَ الْفَرَحِ .

وَفِي الْغَدِ جَاءَ الرَّازِيُّ وَمَعَهُ إِنَاءٌ مِنْ مِلْكِهِ **طُحْلُبًا** ، أَرَاهُ إِيَّاهُمَا وَقَالَ لَهُ : ابْلُغْ جَمِيعَ مَا فِي هَذَيْنِ الْإِنَاءَيْنِ قَبْلَ أَنْ يَبْلُغَ الشَّابُّ مَقْدَارًا يَسِيرًا ثُمَّ كَفَّ ، فَطَلَبَ مِنْهُ الرَّازِيُّ أَنْ يُوَاصِلَ ، فَذَكَرَ لَهُ أَنَّهُ لَا يَسْتَطِيعُ فَقَالَ الرَّازِيُّ لِلْخَدَمِ : اجْعَلُوهُ عَلَى قَفَاهُ ، وَحُسِّبُوا الطُّحْلُبَ فِي حَلْقِهِ فَفَعَلُوا وَبَلَغَ الشَّابُّ عَلَى كُرْهِ جَمِيعِ مَا فِي الْإِنَاءَيْنِ ، فَذَرَعَهُ الْقَيُّ فَقَذَفَ مَا فِي جَوْفِهِ فَتَأَمَّلَ الرَّازِيُّ قَذْفَهُ فَإِذَا فِيهِ عِلَقَةٌ ، فَالْتَفَتَ إِلَى الشَّابِّ وَقَالَ : لَمَّا وَصَلَ إِلَيْهَا الطُّحْلُبُ دَبَّتْ إِلَيْهِ بِالطَّبْعِ وَتَرَكْتُ مَوْضِعَهَا ، فَلَمَّا قَذَفْتَ خَرَجَتْ مَعَهُ .

عن القاضي التتوخي : الفرج بعد الشدة

دار صادر : بيروت ١٩٧٨

المعجم المساعد

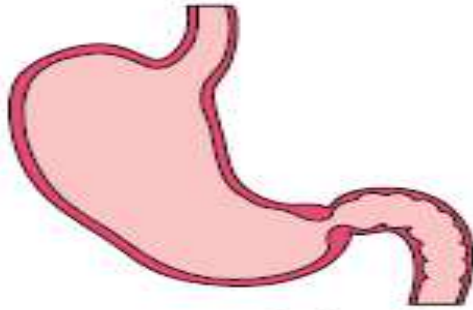
نَفَثَ : نَفَثَ الشَّيْءُ يَنْفُثُهُ نَفْثًا أَيْ أَخْرَجَهُ مِنْ فَمِهِ .

مِجْسُهُ : أَدَاةُ الْفَحْصِ .

عِلَقَةٌ : دُوْدَةٌ سَوْدَاءُ تَعِيشُ فِي الْمُسْتَنْقَعَاتِ وَهِيَ تَتَعَلَّقُ بِالْكَائِنِ الْحَيَوَانِيِّ وَتَمْتَصُّ دَمَهُ غِذَاءً لَهَا .

الطُّحْلُبُ : نَبَاتٌ يَغْلُو الْمَاءَ .

أقرأ المقال التالي قراءة صامتة لأملاً خريطة أفكاره الأساسية:



من أنا؟

أنا الجزء الذي يشبه القربة في جهازك الهضمي، أنا الجزء المدلل في جسمك. لا أحب أن أُنْتَقَر في مكاني، ولا أريد أن أبقى على شكلي المألوف. إذا قُست طولي صباحاً وجذته نحو أربعين سنتيمتراً، وإذا قُستهُ عَصراً وجذته يتراجع إلى النصف. وهذه الأوضاع المتقلبة قد تؤخر الطبيب عن كشف أحوالي كشفاً كاملاً.

هل تقدرون حجم عملي؟ إن أحدكم حين يبلغ سن الأربعين، أكون قد هَضَمْتُ لَهُ مِنْذُ ولادته ما يبلغ اثني عشر طناً من المواد الصلبة، وما يقارب خمسة عشر متراً مكعباً من السوائل. وإذا كان الدَّم يُمَثِّلُ رئيس الخدم، وهو ينقل الغذاء إلى خلايا الجسم، فأنتي رئيسة الطهاة، أتلقي الطعام أخلاطاً بلا نظام، فأحوّله إلى أطباق تناسب حاجة الخلايا، وأمدُّ أجهزة الجسم بالطاقة الضرورية؛ لتؤدي وظائفها أداءً كاملاً.

أتأثر كثيراً بمزاج صاحبي؛ ألا تحسّ -عزيزي الطالب- بميل إلى القى في المواقف الصعبة؟ ألا تشعرين -عزيزتي الطالبة- بحرقان أيام الامتحانات؟ وأنت عزيزتي الأم كم مرة شعرت بعسر في الهضم إذا ما شغلت بهموم الأولاد، رغم أنك لم تتناولي إلا وجبة خفيفة؟

أنا نشيطة أحب العمل، وخير من يريخني الشيط المحب لعمله. ويزعجني كثيراً الكسلان الخامل الذي يتوَعَّك كلما دنا موعد ذهابه إلى المدرسة.

إنني صديقة كل نشيط أفلا تحبون أن تكونوا من أصدقائي.



شكل المعدة

وظيفة المعدة

العادات الصحية التي تريح المعدة

النص السابق مقالة علمية .

المقالة العلمية بحث قصير موجز يتناول بالدرس موضوعا علميا . وهي تتكون من : مقدمة ، وعرض ، وخاتمة .

تعرض المقالة العلمية حقائق مبنية على أمثلة وتجارب بأسلوب سهل ، واضح ، مباشر .
أعيد قراءة النص مرة أخرى لأملأ المخطط التالي من أفكار الشكل :

٢

وظيفة المعدة .

تأثرها بمزاج صاحبها .

شكل المعدة .

العادات الصحية التي تريح المعدة .

أجزاء المقال	الفقرة	الفكرة الرئيسة
المقدمة	الأولى	شكل المعدة
العرض	الثانية	وظيفة المعدة وعملها
	الثالثة	تأثرها بمزاج صاحبها
الخاتمة	الرابعة	العادات الصحية التي تريح المعدة

تريح المعدة



انتقل إلى كتاب النشاط للتعبير
على نص « كيف تحفظ أسنانك
سليمة ؟ » .

الأمثلة

١- أقرأ الأمثلة التالية مع الانتباه إلى الكلمات الملونة .

- أزهار طالبة **مؤدبة** وذكية .
- جاءت **مسؤولة** التغذية لتعرف مشكلة أزهار .
- زيادة الطعام **يؤدي** إلى السمنة .
- نقص الأكل **يؤثر** على الصحة .
- **المؤمن** القوي خير من **المؤمن** الضعيف .
- يفحص الطبيب **رؤوس** الأطفال حديثي الولادة .
- الرياضة تسعد النفوس و**تملؤها** بهجة .

٢- أستمع إلى قراءة من بجواري للأمثلة، وألاحظ الكلمات الملونة :

- ألاحظ أن الهمزة وقعت في :

أول الكلمة ☐ وسط الكلمة ☒ آخر الكلمة ☐ .

- وقد كتبت جميعها على حرف (**الواو**)

مؤدبة	مسؤولة	يؤدي	يؤثر
المؤمن	المؤمن	رؤوس	تملوها

أتذكّر : لرسم الهمزة المتوسطة رسمًا صحيحًا لاحظ حركتها وحركة الحرف الذي قبلها وأرسم الهمزة على الحرف الذي يناسب أقوى الحركتين .



٤- أكمل الجدول التالي وفق القاعدة العامة لرسم الهمزة المتوسطة على الواو :

الكلمة	حركة الهمزة	حركة الحرف الذي قبلها	أقوى الحركتين	الحرف الذي يناسب أقوى الحركتين
مؤدبة	الفتحة	الضمة	الضمة	الواو
مسؤولة	الضمة	السكون	الضمة	الواو
يؤدي	الفتحة	الضمة	الضمة	الواو
يؤثر	الفتحة	الضمة	الضمة	الواو
المؤمن	السكون	الضمة	الضمة	الواو
رؤوس	الضمة	الضمة	متساويتان	الواو
تملوها	الضمة	الفتحة	الضمة	الواو

بَعْدَ الْاِنْتِهَاءِ مِنْ تَعْبِئَةِ الْجَدْوَلِ السَّابِقِ اَتَّضَحَ لِي أَنَّ الْهَمْزَةَ الْمُتَوَسِّطَةَ تُرْسَمُ عَلَى الْوَائِ إِذَا كَانَتِ الضَّمَّةُ أَقْوَى الْحَرَكَتَيْنِ فِي الْحَالَاتِ الثَّلَاثَةِ .

- ١- إِذَا كَانَتْ مَضْمُومَةً وَمَا قَبْلَهَا مَضْمُومٌ . (لِأَنَّ الْحَرَكَتَيْنِ مُتَسَاوِيَتَانِ)
- ٢- إِذَا كَانَتْ مَضْمُومَةً وَمَا قَبْلَهَا مَفْتُوحٌ . (لِأَنَّ الضَّمَّةَ أَقْوَى مِنَ الْفَتْحَةِ)
- ٣- إِذَا كَانَتْ مَضْمُومَةً وَمَا قَبْلَهَا سَاكِنٌ . (لِأَنَّ الضَّمَّةَ أَقْوَى مِنَ السَّكُونِ)
- ٤- إِذَا كَانَتِ الْهَمْزَةُ سَاكِنَةً وَمَا قَبْلَهَا مَضْمُومٌ . (لِأَنَّ الضَّمَّةَ أَقْوَى مِنَ السَّكُونِ)
- ٥- إِذَا كَانَتِ الْهَمْزَةُ مَفْتُوحَةً وَمَا قَبْلَهَا مَضْمُومٌ . (لِأَنَّ الضَّمَّةَ أَقْوَى مِنَ الْفَتْحَةِ)



أَقْرَأَ الْجُمَلَ الْآتِيَةَ، ثُمَّ أَلَا حَظَّ الْكَلِمَاتِ الَّتِي كُتِبَتْ هَمْزَتُهَا عَلَى وَائٍ، وَأَنَاقِشْ مَعَ مَجْمُوعَتِي أَسْبَابَ كِتَابَتِهَا عَلَى هَذَا النُّحُو .



- ١- الْمُؤْمِنُونَ إِخْوَةٌ .
- ٢- الشَّمْسُ يَشْعُ ضَوْوُهَا .
- ٣- اللَّهُ فِي خَلْقِهِ شُؤُونَ .
- ٤- أَخُوكَ دَوُوبٌ فِي عَمَلِهِ .

آتِي بِضِدِّ كُلِّ كَلِمَةٍ مِمَّا يَلِي مُتَضَمِّنًا هَمْزَةً مُتَوَسِّطَةً عَلَى وَائٍ .

صِفَةٌ	شَتَاؤُهُ	صَوَابُهُ	خَطَاؤُهُ	مَرْضَاهُ	شَفَاؤُهُ
كَافِرُونَ	مُؤْمِنُونَ	يَسْرُهُ	يُؤْلِمُهُ		

تتسابق المجموعات في جمع أكبر عدد من الكلمات المماثلة في رسم الهمزة .

(نَوّ) مُسَوِّول	(نَوّ) مُؤَمِّن	(نَوّ) مُؤَاد
مروّس	يؤجر	يؤذن
مسؤولية	يؤمن	مؤثر
تفاول	يؤثر	يؤخر
أروّس	مؤسف	يؤرق
هواؤه	لؤلؤ	يؤرخ
		مؤشر

المجموعة الفائزة التي جمعت أكبر عدد من الكلمات في كلّ عمود خلال ثلاث دقائق .



انتقل إلى كتاب النشاط لحلّ التطبيقات
على الظاهرة الإملائية .
(٨) و (٩) و (١٠) .

خَطُّ النَّسْخِ

اَكْتُبِ الْحَدِيثَ التَّالِيَ بِخَطِّ النَّسْخِ مَعَ الْاِبْتِدَاءِ مِنَ الْاَسْفَلِ :

«عَيْنَانِ لَا تَمْسُهُمَا النَّارُ: عَيْنٌ بَكَتْ مِنْ خَشْيَةِ اللَّهِ، وَعَيْنٌ بَاتَتْ تَحْرُسُ فِي سَبِيلِ اللَّهِ». (حديث شريف)

١٠

٩

٨

٧

٦

٥

٤

٣

٢

١



اَتَقَلَّ إِلَى كِتَابِ النَّسْخِ وَاَكْتُبِ
النَّسْخَ رَقْمَ (١١) -



أَيُّهَا الْإِنْسَانُ ! (بتصرف)



كَمْ تَشْتَكِي وتَقُولُ إِنَّكَ مُغْدِمٌ
وَلَكَ الْحَقُولُ وَزَهْرُهَا وَأَرِيجُهَا
وَالْمَاءُ حَوْلَكَ فَضَّةٌ رَفْرَاقَةٌ
أَنْظُرْ فَمَا زَالَتْ تُطِلُّ مِنَ الشَّرَى
فَهُنَاكَ أَشْجَارٌ كَأَنَّ غُصُونَهَا
هَشَّتْ لَكَ الدُّنْيَا فَمَالِكَ وَاجِمًا؟!

وَالْأَرْضُ حَوْلَكَ وَالسَّمَاءُ وَالْأَنْجُمُ ؟
وَنَسِيمُهَا وَالْبُلْبُلُ الْمُتَرْتَمُ
وَالشَّمْسُ فَوْقَكَ عَسَجْدٌ يَتَضَرَّمُ
مُورٌ تَكَادُ لِحُسْنِهَا تَتَكَلَّمُ
أَيْدٍ تُصَفِّقُ قَارَةً وَتُسَلِّمُ
وَتَبَسَّمَتْ فَعَلَامٌ لَا تَتَبَسَّمُ ؟!

أَتَعَرَّفُ الشَّاعِرَ : إيليا أبو ماضي شاعرٌ لبناني وُلِدَ سَنَةَ ١٨٨٩م في قَرْيَةِ الْمُحِيدَةِ وَمِنْ دَوَاوِينِ شِعْرِهِ : الْجَدَاوِلُ وَمِنْهُ أَخَذْتُ هَذِهِ الْقَصِيدَةَ ، وَتُوفِّيَ سَنَةَ ١٩٥٧م .

● أَقْرَأِ النَّصَّ بِسُرْعَةٍ ، ثُمَّ أَكْتُبِ الْمَطْلُوبَ فِي الْجَدُولِ التَّالِيِ :



عُتَوَانُ النَّصِّ :	عَدَدُ الْآيَاتِ :	جَمْعُ تَكْسِيرِ :
أَيُّهَا الْإِنْسَانُ	ستة	أنجم - أشجار
اسْمُ الشَّاعِرِ :	اسْمُ طَائِرٍ :	مِنْ الْمَعَادِنِ الثَّمِينَةِ :
إيليا أبو ماضي	البلبل	فضة - عسجد

١- أَضَعُ إِشَارَةَ (√) يَمِينِ الْكَلِمَةِ الْمُرَادِفَةَ لِلْكَلِمَةِ الَّتِي تَحْتَهَا خَطٌّ :



- كَمْ تَشْتَكِي وَتَقُولُ إِنَّكَ مُعْدِمٌ :
 - وَلَكَ الْحَقُولُ وَزَهْرُهَا وَأَرِيحُهَا :
 - وَلَكَ الْبَلْبُلُ الْمُتَرَنِّمُ :
 - وَالْمَاءُ حَوْلَكَ فِضَّةٌ رَقْرَاقَةٌ :
 - الشَّمْسُ فَوْقَكَ عَسَجْدٌ يَتَضَرَّمُ :
 - هَشَّتْ لَكَ الدُّنْيَا فَمَالِكَ وَاجْمًا ؟
- ☐ حَزِينٌ ☒ فَقِيرٌ ☐ صَغِيرٌ
☒ رَائِحَتُهَا ☐ شَكْلُهَا ☐ لَوْنُهَا
☐ الْجَمِيلُ ☒ الْمُغَرَّدُ ☐ الطَّائِرُ
☐ خَفِيفَةٌ ☐ سَائِلَةٌ ☒ لَامِعَةٌ
☐ بَسَاطٌ ☒ ذَهَبٌ ☐ كَوَكَبٌ
☐ وَاقِفٌ ☐ ثَائِرٌ ☒ عَابِسٌ

٢- أَضَعُ إِشَارَةَ (√) يَمِينِ الْكَلِمَةِ الَّتِي تُنَاسِبُ الصُّورَةَ الْمُحَادِيَةَ :

- ☐ غُرَابٌ ☒ بَلْبُلٌ ☐ حَمَامَةٌ
- ☒ ثَرَى ☐ حَصَى ☐ ذُرَّةٌ
- 
- 

٣- اسْتَغْمِلْ كُلَّ كَلِمَةٍ مِمَّا يَلِي فِي جُمْلَةٍ تُبَيِّنُ مَعْنَاهَا :

أريج . الثرى . هَشَّتْ

١- أَصْنَفُ الْمَخْلُوقَاتِ الْوَارِدَةِ فِي الْقَصِيدَةِ إِلَى :



أَقْرَأْ

وَأَحْلُلْ

مَخْلُوقَاتِ فِي السَّمَاءِ

مَخْلُوقَاتِ فِي الْأَرْضِ

الأنجم - الشمس

الحقول - الزهر - الماء -

الأشجار - الأغصان -

عيون الماء

٢- لِمَنْ يَتَوَجَّهُ الشَّاعِرُ بِالْخِطَابِ ؟ الإنسان

٣- كَمْ أُسْلُوبِ اسْتِفْهَامٍ وَرَدَ فِي الْقَصِيدَةِ ؟ أَقْرَأْ كُلَّ أُسْلُوبٍ ثَلَاثَةَ أُسَالِيبِ

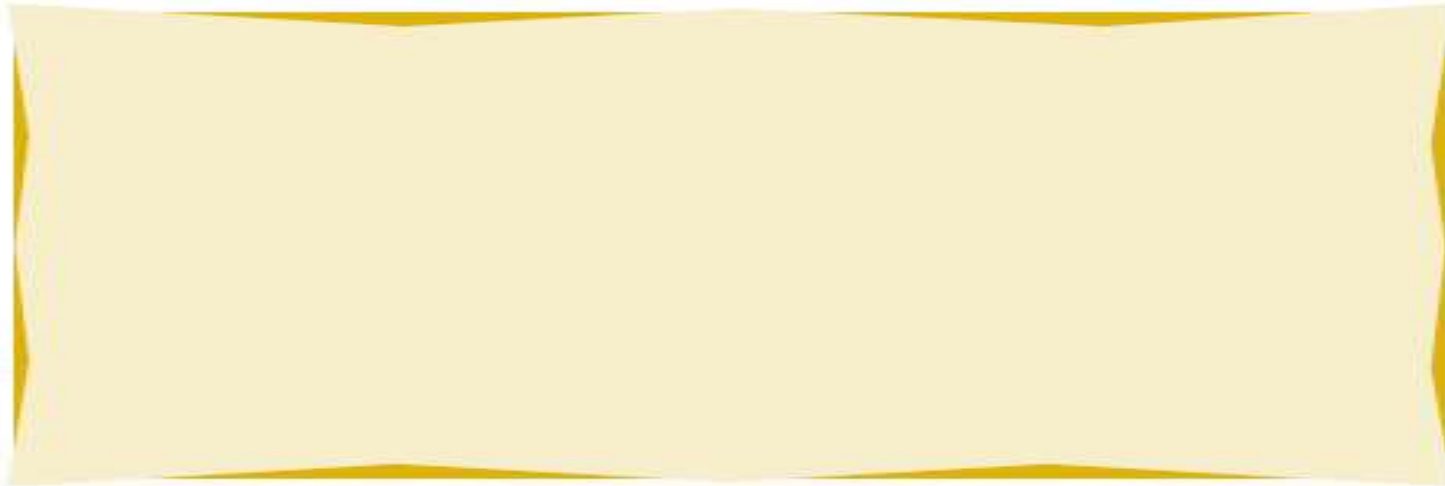
٤- هَلْ يَحْتَاجُ الاسْتِفْهَامُ فِي الْقَصِيدَةِ جَوَابًا ؟ لِمَاذَا ؟ لا يحتاج لأنه يعبر عن الاستنكار

٥- إلامَ يَدْعُو الشَّاعِرُ الْإِنْسَانَ فِي هَذِهِ الْقَصِيدَةِ ؟ وَهَلْ أَرَاهُ مُحِقًّا فِي ذَلِكَ ؟

يدعو إلى التفاؤل وتقدير نعمة الله على الإنسان



- ١- شَبَّهَ الشَّاعِرُ الْمَاءَ بِالْفِضَّةِ ، فما الصِّفَاتُ الْمُشْتَرَكَةُ بَيْنَهُمَا ؟
- ٢- بِمِ شَبَّهَ الشَّاعِرُ كُلًّا مِنْ : الشَّمْسِ ، غُصُونِ الْأَشْجَارِ ، عُيُونِ الْمَاءِ ؟
- ٣- رَأَيْتَ شَخْصًا مَهْمُومًا يَشْتَكِي الْفَقْرَ وَضِيقَ الْعَيْشِ ، فما الأبياتُ الَّتِي تَخْتَارُهَا مِنْ الْقَصِيدَةِ لِتَوَاسِيَهُ بِهَا ؟
- ٤- أَقْرَأِ الْبَيْتَ الْخَامِسَ ، وَأَحَاوِلْ أَنْ أَرْسِمَ صُورَةً مُعَبِّرَةً عَنْهُ فِي الْمِسَاحَةِ التَّالِيَةِ :



انتقل إلى كتاب النشاط لإنجاز النشاط
رقم (١٢) -

المفعول به

١- أثبتت تعلمي السابق :

❖ في ضوء خبرتي السابقة عن (المفعول به)

❖ أكمل الجدول التالي لأحدد :

❖ نوع المفعول به الذي يُنصب بالحركة الأصلية .

❖ علامة نصب المفعول به الأصلية .

الجملة الفعلية	المفعول به	نوعه	علامة نصبه
١- تحمل كريات الدم الحمراء عنصر الأكسجين .	عنصر	مفرد	الفتحة
٢- تحتوي اللحوم مقادير من الحديد .	مقادير	جمع تكسير	الفتحة
٣- تمدد الكبد الجسم بالحديد .	الجسم	مفرد	الفتحة
٤- يشاهد الطبيب الأعراض .	الأعراض	جمع تكسير	الفتحة

❖ أكمل الاستنتاج ، وأرسخ القاعدة :

علامة نصب المفعول به هي الفتحة إذا كان مفردًا أو جمع تكسير

❖ أؤكد تعلمي السابق بإنجاز النشاط رقم (١٣) في كتاب النشاط .



أَكْمَلُ الْجَدْوَلَ التَّالِيَّ عَلَى غِرَارِ الْمِثَالِ الْأَوَّلِ ، لِأَسْتَنْتِجَ عَلَامَةَ نَصَبِ الْمَفْعُولِ بِهِ هُنَا :

الْجُمْلَةُ الضَّمِّيَّةُ	الْمَفْعُولُ بِهِ	نَوْعُهُ	عَلَامَةُ نَصَبِهِ
يُلَوِّنُ خَضَابُ الدَّمِ كُرَيَاتِ الدَّمِ الْحُمْرَاءِ	كُرَيَاتِ	جَمْعُ مُؤَنَّثٍ سَالِمٌ	الْكَسْرَةُ نِيَابَةً عَنِ الْفَتْحَةِ
يَتَنَاوَلُ أَنْسَرُ الْخَضِرَاوَاتِ الْوَرَقِيَّةَ لَزِيَادَةِ الْحَدِيدِ .	الْخَضِرَاوَاتِ	جَمْعُ مُؤَنَّثٍ	الْكَسْرَةُ نِيَابَةً عَنِ الْفَتْحَةِ
يُحِبُّ سَلْمَانُ النِّشْوِيَّاتِ أَكْثَرَ مِنْ غَيْرِهَا .	النِّشْوِيَّاتِ	جَمْعُ مُؤَنَّثٍ	الْكَسْرَةُ نِيَابَةً عَنِ الْفَتْحَةِ

عَلَامَةُ نَصَبِ الْمَفْعُولِ بِهِ **الْكَسْرَةُ** بَدَلًا مِنْ **الْفَتْحَةِ** إِذَا كَانَ جَمْعُ مُؤَنَّثٍ سَالِمًا .





أَكْمِلُ الْجَدُولَ التَّالِيَ عَلَى غِرَارِ الْمِثَالِ الْأَوَّلِ : لَأَسْتَنْتِجَ عِلَامَةً نَصْبِ الْمَفْعُولِ بِهِ هُنَا :

الْجُمْلَةُ الْفِعْلِيَّةُ	الْمَفْعُولُ بِهِ	نَوْعُهُ	عِلَامَةُ نَصْبِهِ
تُغْذِي كُرَيَاتُ الدَّمِ الْحُمْرَاءُ الرُّتَيْنِ بِالْأُكْسِجِينِ .	الرُّتَيْنِ	مُثَنَّى	الْيَاءُ
عَلَيْكَ أَنْ تَتَنَاوَلَ نَوْعَيْنِ مِنَ الْفَوَاكِهِ يَوْمِيًّا .	نَوْعَيْنِ	مُثَنَّى	الْيَاءُ
أَجْرَى الطَّبِيبُ لِأَخِي فُحْصَيْنِ مُخْتَلِفَيْنِ .	فُحْصَيْنِ	مُثَنَّى	الْيَاءُ

عِلَامَةُ نَصْبِ الْمَفْعُولِ بِهِ **الْيَاءُ** إِذَا كَانَ مُثَنَّى .



أَسْتَنْتِجُ



الْوَضِيفَةُ النَحْوِيَّةُ



أَكْمِلُ الْجَدْوَلَ التَّالِيَ عَلَى غِرَارِ الْمِثَالِ الْأَوَّلِ؛ لَأَسْتَنْتِجَ عِلَامَةً نَصْبِ الْمَفْعُولِ بِهِ -هنا- :

الْجُمْلَةُ الْفِعْلِيَّةُ	الْمَفْعُولُ بِهِ	نَوْعُهُ	عِلَامَةُ نَصْبِهِ
نَصَحَ الْأَطِبَاءُ الْمَهْتَمِينَ بِالتَّغْذِيَةِ بِتَنْوِيعِ الطَّعَامِ .	الْمَهْتَمِينَ	جَمْعُ مَذْكَرٍ سَالِمٍ	الْيَاءُ
يُنْصَحُ خُبْرَاءُ التَّغْذِيَةِ الْمُزَارِعِينَ بِزِرَاعَةِ الْخَضِرَاوَاتِ الْمُفِيدَةِ.	الْمُزَارِعِينَ	جَمْعُ مَذْكَرٍ سَالِمٍ	الْيَاءُ
تُرْوَدُ الْمُعَامِلُ الْبَاحِثِينَ بِكَثِيرٍ مِنَ الْمَعْلُومَاتِ فِي الْمَجَالِ الصَّحِّيِّ.	الْبَاحِثِينَ	جَمْعُ مَذْكَرٍ سَالِمٍ	الْيَاءُ

عِلَامَةُ نَصْبِ الْمَفْعُولِ بِهِ الْيَاءُ إِذَا كَانَ جَمْعٌ مَذْكَرٌ سَالِمًا



أَسْتَنْتِجُ



أَتَأْمَلُ الْأَسْمِينَ الْمُلَوَّنِينَ فِي الْجُمْلَتَيْنِ التَّالِيَتَيْنِ:

• نَصَحَ الطَّبِيبُ **أَبَاكَ** بِتَنَاوُلِ الْخَضِرَاوَاتِ الْوَرَقِيَّةِ .

• وَجَّهَ الْمُعَلِّمُ **أَخَاكَ** إِلَى الرِّيَاضَةِ الْمُنَاسِبَةِ .

(مفعول به)

• مَا الْمَوْقِعُ الْإِعْرَابِيُّ لِلِاسْمِ (أَبَاكَ) ؟

(مفعول به)

• مَا الْمَوْقِعُ الْإِعْرَابِيُّ لِلِاسْمِ (أَخَاكَ) ؟

(النَّصْبُ)

• مَا الْحَالَةُ الْإِعْرَابِيَّةُ الْمُشْتَرَكَةُ بَيْنَهُمَا ؟

(الْأَلْفُ)

• مَا عِلَامَةُ نَصْبِهِمَا ؟

(**أَبُو** - **أَخُو**) اسْمَانِ مِنَ الْأَسْمَاءِ الْخَمْسَةِ يُرْفَعَانِ وَعِلَامَةُ رَفْعِهِمَا الْوَاوُ ، وَيُنْصَبَانِ

وَعِلَامَةُ نَصْبِهِمَا الْأَلْفُ ، وَيُجْرَانِ وَعِلَامَةُ جَرْهِمَا الْيَاءُ .





عَلَامَةُ نَصْبِ الْمَفْعُولِ بِهِ **الألف** إِذَا كَانَ أَحَدُ الْأَسْمَاءِ (أَبُو - أَخُو)

وَالآنَ اكْمِلْ الْخَارِطَةَ الْمَعْرِفِيَّةَ لِيَسْهُلَ عَلَيَّ تَذَكُّرُ عَلَامَاتِ نَصْبِ الْمَفْعُولِ بِهِ.

عَلَامَاتُ نَصْبِ الْمَفْعُولِ بِهِ

إِذَا كَانَ الْمَفْعُولُ بِهِ
أَحَدَ الْأَسْمَاءِ (أَبُو ،
أَخُو) نَصَبٌ.

وَعَلَامَةُ نَصْبِهِ

الألف

إِذَا كَانَ الْمَفْعُولُ
بِهِ مَثْنً أَوْ جَمْعَ
مُذَكَّرٍ سَالِمًا نَصَبٌ.

وَعَلَامَةُ نَصْبِهِ

الياء

إِذَا كَانَ الْمَفْعُولُ بِهِ
جَمْعُ مُؤَنَّثٍ سَالِمًا
نَصَبٌ.

وَعَلَامَةُ نَصْبِهِ

الكسرة

إِذَا كَانَ الْمَفْعُولُ
بِهِ مُفْرَدًا ، أَوْ جَمْعَ
تَكْسِيرٍ ، نَصَبٌ.

وَعَلَامَةُ نَصْبِهِ

الفتحة

أَحَدُ الْمَفْعُولِ بِهِ فِي الْجُمْلَةِ التَّالِيَةِ ، ثُمَّ أَيْنُ نَوْعِهِ ، وَعَلَامَةُ إِعْرَابِهِ .

- كَرَّمَتِ الْمُدِيرَةُ مُشْرِفَاتِ التَّغْذِيَةِ .
- تَنَاوَلُ وَجَبَتَيْنِ أَوْ أَكْثَرَ مِنَ الطَّعَامِ يَوْمِيًّا .
- سَلَّمَ الْأَمِيرُ الرِّيَاضِيِّينَ جَوَائِزَهُمْ .

أَجْعَلْ كُلَّ كَلِمَةٍ مِمَّا يَأْتِي مَفْعُولًا بِهِ فِي جُمْلَةٍ مُفِيدَةٍ وَأَغْيِرْ مَا يَلِزَمُ .

الْمُمْرَضَاتُ - الطَّبِيبَانِ - الْمُشْرِفُونَ - أَبُوكَ

انْتَقِلْ إِلَى كِتَابِ النَّشَاطِ وَأَنْجِزِ النَّشَاطَاتِ
مِنْ (١٤) إِلَى (٢١) .



الوظيفة التحوية

أَجْسَامُنَا وَصِحَّتُهَا

(كِتَابَةُ مَقَالٍ عِلْمِيٍّ)



- الْمَقَالُ الْعِلْمِيّ : بَحْثٌ قَصِيرٌ مُوجَزٌ يَتَنَاوَلُ مَوْضُوعًا عِلْمِيًّا . وَيَتَكَوَّنُ مِنْ : مُقَدِّمَةٍ ، وَعَرَضٍ ، وَخَاتَمَةٍ .
- يَعرِضُ الْمَقَالُ الْعِلْمِيّ حَقَائِقَ مَبْنِيَّةً عَلَى أَمْثَلَةٍ وَتَجَارِبَ بِأَسْلُوبٍ سَهْلٍ ، وَاصِحٍ ، مُبَاشِرٍ .

• كَلَّفَنِي مُعَلِّمُ اللُّغَةِ الْعَرَبِيَّةِ أَنْ أَكْتُبَ مَقَالًا عِلْمِيًّا عَنِ الْجِهَازِ الهَضْمِيِّ فِي جِسْمِ الْإِنْسَانِ ؛ فَاتَّخَذْتُ الْخُطُوبَاتِ التَّالِيَةَ :

الْخُطُوبَةُ الْأُولَى : مَرَحَلَةُ الْإِعْدَادِ :

- مَاذَا سَأَكْتُبُ ؟ (مَقَالًا عِلْمِيًّا) .
 - مَا مَوْضُوعُ الْمَقَالِ ؟ (الْجِهَازُ الهَضْمِيُّ فِي جِسْمِ الْإِنْسَانِ) .
 - مَا الْعُنَاصِرُ الَّتِي سَأَكْتُبُ فِيهَا عَنِ الْجِهَازِ الهَضْمِيِّ ؟
- لِتَحْدِيدِ الْعُنَاصِرِ قُمْتُ بِعَمَلِيَّةٍ عَصْفٍ ذِهْنِي بِمُشَارَكَةِ أَفْرَادِ أُسْرَتِي حَيْثُ أَحْضَرْتُ وَرَقَةً بَيْضَاءَ ، رَسَمْتُ فِي مُنْتَصَفِهَا شَكْلًا هَنْدَسِيًّا كَتَبْتُ فِيهِ الْعُنْوَانَ ، وَكَلَّمَا ذُكِرَ عُنْصَرٌ مِنْ عُنَاصِرِ الْمَوْضُوعِ مَدَدْتُ خَطًّا مِنَ الشَّكْلِ ، وَكَتَبْتُ الْعُنْصَرَ فِي طَرَفِهِ حَتَّى تَكُونَتْ الْخَارِطَةُ التَّالِيَةُ :



● رَتَّبْتُ العنصرَ السَّابِقَةَ وَفَقَ مكوّناتِ المَقَالِ العِلْمِيِّ على النحو التَّالِي :

● المَقْدَمَة : تعريف الجهاز ، ومكوّناته .

● العرض : وظيفة الجهاز وعمله .

● الخاتمة : أمراضه ، وكيفية الوقاية منها .

● جمعتُ معلوماتٍ عن العناصرِ السَّابِقَةِ من مصادرٍ متنوّعة : الموسوعات العلمية - معلّم العلوم

- كتاب العلوم - قرص مُدمج - البحث في الإنترنت ...

الخطوة الثَّانِيَّة : مرحلة الكتابة الأولى (المَسْوَدَةُ) :

● بدأتُ الكتابةَ وفق ترتيب العناصرِ ولمْ أَشْغَلْ نفسي بتصحيح الأخطاء - أيّا كانت - المُهم أن

أستمرّ في الكتابة إلى نهاية الموضوع .

الخطوة الثالثة : مرحلة المراجعة والتعديل :

- قرأت المسودة وبمساعدة معلّمي وزملائي صحّحت الأخطاء التي وقعت فيها (في القواعد والإملاء والخط والترقيم) ووضعت عناوين جانبية لمقالي .

الخطوة الرابعة : مرحلة الكتابة النهائية :

- كتبت المقال بصورته النهائية بخط واضح جميل ، بعد تصحيح الأخطاء ، ووضع العناوين الجانبية ، ودعّمه بالصور التوضيحية :

الجهاز الهضمي

تعريفه ومكوناته

جهاز من أجهزة الجسم يقوم بهضم الطعام ويتكوّن من : الفم ، والحنجرة ، والمريء ، والمعدة ، والأمعاء الدقيقة والغليظة ، ويساهم الكبد والمرارة بشكل غير مباشر في جهاز الهضم .

وظيفة الجهاز وعمله :

يقوم الجهاز الهضمي بتزويد الجسم بالماء والغذاء بشكل دائم عبر عملية الهضم التي تبدأ في الفم ، حيث تفرز الغدد اللعابية موادّ مختلفة تختلط بالطعام ، وتساعد في عملية هضمه ، ثم يمرّ الطعام بالبلعوم والمريء ، وهنا لا تحدث أية عملية لامتصاص أو



الهضم حتى يصل الطعام إلى المعدة، وفيها يتم أيضًا إفراز موادّ وعصارات كثيرة تُحوّل بعض الموادّ الغذائية إلى موادّ سهلة الامتصاص، كما تتمّ في المعدة عملية الطّحن والخلط للموادّ الغذائية الصلبة واللينة، وعن طريق جدار المعدة تُمتصّ نسبة بسيطة جدًا من بعض الأغذية، بعد ذلك يتّجه الغذاء إلى الأمعاء الدقيقة، التي خلالها تُمتصّ جميع أنواع الأغذية من بروتينات وسكريّات ونشويّات ودهنيّات وفيتامينات وأملاح ومعادن، وعن طريق الأوردة تتّجه الموادّ الغذائية المُمتصّة إلى الكبد، وما تبقى من موادّ الطعام وفضلاته غير القابلة للامتصاص فإنّها تتّجه إلى الأمعاء الغليظة لإخراجها خارج الجسم.

أمراض الجهاز الهضمي وطرائق وقايته :

يتعرض الجهاز الهضمي لأمراض مختلفة من أكثرها انتشارًا سوء الهضم أو عسره ، والإسهال ، والإمساك ، والقرحة .

ولحماية الجهاز الهضمي من هذه الأمراض يجب اتباع التالي :

- الحرص على تناول الأطعمة النظيفة ، وتجنّب تناول الأطعمة الملوّثة والمكشوفة .
- الاهتمام بتناول الفطور يوميًا .
- أكل كمّيّات مناسبة من الطعام والابتعاد عن الإسراف فيه .
- الإقلال من تناول السكريّات والمشروبات الغازيّة والأغذية المصنّعة .
- تجنّب الأكل بسُرعة .
- تناول السوائل بكثرة ، وأفضلها الماء والعصير .

بالاستفادة من خطوات كتابة المقال العلمي السابقة :

• أكتب مقالاً علمياً عن أحد أجهزة الجسم (الجهاز الهضمي ، الجهاز العصبي ، الجهاز الدوري ، الجهاز العظمي ، الجهاز التنفسي) .

• أضع التّصميم التالي لمقالتي أو أضع تصميمًا آخر من اختياري :

❖ **المقدمة :** تعريف الجهاز ، وتسمية أجزائه المكونة له .

❖ **العرض :** تحديد وظيفة الجهاز ، ودور كل جزء من أجزائه .

❖ **الخاتمة :** الأمراض التي تُصيبه ، وطرائق الوقاية منها .

• أَسْتَعِينُ بِأَكْثَرِ مِنْ مَصْدَرٍ لِيَجْمَعَ الْمَعْلُومَاتِ عَنِ الْجِهَازِ الَّذِي اخْتَرْتُ أَنْ أَكْتُبَ عَنْهُ (وَحْدَةُ الْأَجْسَامِ وَصِحَّتُهَا - الْمَوْسُوعَاتُ - الْإِنْتَرْنَتُ - كِتَابُ الْعُلُومِ الْمَدْرَسِيِّ - الْمَجَلَاتُ الطَّبِيَّةُ ...) .

• أكتب المقال بصورته الأولية في المكان المخصص من مُلحقات كتاب النشاط .

• أصحح مقالتي اعتمادًا على بطاقة التقويم الذاتي التي تتضمن العناصر المطلوبة لإنجازه .

• أكتب المقال بصورته النهائية في المكان المخصص من مُلحقات كتاب النشاط ، وأدعمه بالصُّور والرُّسُوم التَّوضيحية .

(تَقْدِيمٌ عَرَضِيٌّ شَفَهِيٌّ عِلْمِيٌّ بِأَسْلُوبِ السُّؤَالِ وَالْجَوَابِ) .

عندما يريد الشخص تقديم معلومات بطريقة شائقة ، عَلَيْهِ اتِّبَاعُ أُسْلُوبِ السُّؤَالِ وَالْجَوَابِ .

1- أَقْرَأِ النَّمُودَجَ التَّالِيَ الْمَأْخُودَ مِنْ مَوْسُوعَةِ (أَسْئَلَةٍ وَأَجْوِبَةٍ فِي الْعُلُومِ- عِلْمُ الْأَجْسَامِ)
لِلإِسْتِفَادَةِ مِنْ أُسْلُوبِهِ :

لماذا يكون طعم الدموع مالحاً؟

العيون حساسة جداً ومن السهل إصابتها بالأمراض، وتعمل الدموع على جرف الجراثيم خارج العين وتجعل العيون نظيفة وسليمة. وكون الدموع مالحة فإن ذلك يزيد فعاليتها في قتل الجراثيم وتنظيف العيون.

ماذا تفعل طريقة العين؟

عندما تطرف العين تتحرك الجفون عبر العيون وتنتشر الدموع فوق سطح العين. كذلك تحدث طريقة العين عند ملامسة شيء ما لرموش العين، يسدل الجفن فوق العين لمنع دخول الغبار والجراثيم والأشياء الأخرى غير المرغوب فيه. إن طريقة العين ردة فعل آلية لا يستطيع الإنسان التحكم في إيقافها.

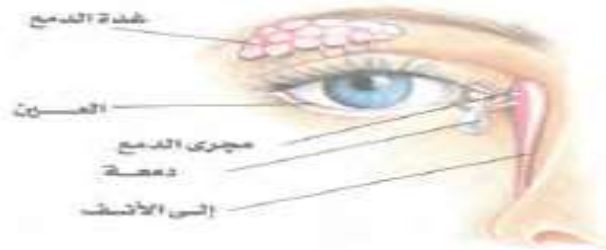
هل تعلم



أن العين تطرف ٢٠٠٠٠ مرة خلال اليوم وتستمر كل طريقة عين حوالي ثلث ثانية.

لماذا يبكي الإنسان؟

هناك كثير من الأشياء تجعلنا نبكي. فقد تبكي لأنك حزين، أو لأنك مسرور جداً، أو لأنك أصبحت نفسك، أو لأنك قطعت بصلًا. لا أحد يعرف على وجه التحديد لماذا هذه الأشياء تجعلنا نبكي. ولكننا نعرف كيف تنزل الدموع. فالعيون تفرز سائلاً يمنع جفافها وينظفها من الغبار والجراثيم. ويتم إفراز الدموع باستمرار في غدد موجودة في العيون. والدموع عادة تغسل العيون ثم يتم صرفها عبر فتحات دقيقة تسمى مجاري الدموع في ركن العين.



إذا دخلت كرة من الغبار في العين، فإن العين تفرز مزيداً من الدموع أكثر من المعدل العادي للقطماء على الإزعاج. ولأن مجاري (ممرات) الدموع لا تستطيع استيعاب السائل الزائد، لذلك السائل يفيض ويجعل الإنسان يبكي ويحدث نفس الشيء عندما يكون الإنسان حزينا أو مستاء أو مسروراً أو غاضباً.

- ٢- أطرَحُ أَمَامَ زُمَلَائِي ثَلَاثَةَ أَسْئَلَةٍ مُحدَّدةٍ حَوْلَ بَعْضِ الْأَشْيَاءِ فِي جِسْمِ الْإِنْسَانِ .
- ٣- أَرَكِّزُ أَسْئَلَتِي حَوْلَ مَوْضُوعٍ وَاحِدٍ . (يُمْكِنُ أَنْ أَخْتَارَ مَوْضُوعِي مِنْ كِتَابِ الْعُلُومِ) .
- ٤- أَجِيبُ عَنِ الْأَسْئَلَةِ إجابةً شافيةً .
- ٥- أَدْعِمُ إجابتي بِحَقَائِقَ وَأَمْثَلَةٍ وَشُرُوحَاتٍ بَسِيطَةٍ مِنْ مَصَادِرٍ مُخْتَلِفَةٍ .
- ٦- أَعَزِّزُ عَرْضِي الشَّفَهِيَّ بِالرُّسُومِ وَالصُّوَرِ الْإِيضَاحِيَّةِ .
- ٧- أَتَدَرَّبُ عَلَى الْعَرْضِ فِي الْمَنْزِلِ قَبْلَ تَقْدِيمِهِ أَمَامَ صَفِّي ، وَأُسْتَعِينُ بِبَطَاقَةِ التَّقْوِيمِ الذَّاتِي فِي تَطْوِيرِهِ .

زملائي الأعضاء

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته :

ومرحبًا بكم إلى عجيبة مِنْ عجائب خلق الله ...

إنه غلافٌ مطاطيٌّ عازلٌ للحرارة يغطي جِسمنا من الرأس إلى القدمين يحمينا من الجراثيم والصدمات وأشعة الشمس .

أظنكم عرفتُموه ! إنه الجلد ... وهذه صورة تعرفكم بأجزائه :

ولعلكم تلاحظون أننا لانتحلي جميعًا بلون واحد للبشرة ، فلماذا ؟

والجواب أن لون البشرة عائدٌ إلى مادةٍ بُنيّة تُسمّى الميلانين . وكلما زادت نسبة هذه المادة

في الجلد كان لونه داكنًا أكثر ، وكلما قلت هذه النسبة كان لونه فاتحًا .

ونلاحظ أيضًا أنه في أوقات الحر يخرج العرق من الجلد ، فلماذا ؟

والجواب : ليرطب جِسمنا ويحافظ على حرارة ثابتة فيه .

وأخيرًا : هل تعرفون كمّيّة العرق التي نفقدها في يومٍ اشتدَّ حرُّه ؟

إننا نفقد ما يُقاربُ أحدَ عشرَ لترًا أي ما يُعادلُ خمسَ قوارير ماءٍ كبيرة ، ولذلك لا بدّ من الإكثار

من السوائل وخامسة في الصيف ... فسبحان الذي خلق فأبدع !

