

النص :

تؤثر التغذية و الأطعمة المتناولة على صحة الإنسان وعلى جودة الحياة، إذ هناك علاقة وطيدة بين الأنظمة الغذائية غير الصحية وزيادة خطر الإصابة بالأمراض، لذلك حتى تحافظ على سلامة أجسامنا ونقي أنفسنا من العديد من الأمراض الخطيرة يجب علينا أن نتبع قواعد صحية بسيطة التطبيق تتعلق بالأغذية، من أهمها:

1- عدم شراء الأغذية غير الصحية و المعرضة لأشعة الشمس و الطقس البارد من الباعة المتجولين الفوضويين.

2- غسل الخضر والفواكه قبل أكلها لتخلص من الأوساخ والجراثيم.

3- التثبت من تاريخ صلاحية المعلبات وغسل الأسنان وعدم الإسراع في الأكل.

أسئلة الفهم : (03)

1- هات عنوان مناسب للنص. (0.5)

2- أذكر نصيحتين حول قواعد التغذية السليمة. (1.5)

3- استخرج من النص مرادفا لكلمة (الأوبئة) ثم وظيفها في جملة مفيدة. (01)

4- هات ضد الكلمة (نقصان) من النص. (0.5)

أسئلة اللغة : (03)

1- اعرّب ما تحته خط في النص. (01)

2- حول الجملة الآتية إلى الجمع. " أنصحك أن تحافظ على سلامة صحتك " (0.75)

3- ملء الجدول مستعينا بالنص. (0.75)

جمع مذكر السالم	فعل معتل	إسم إشارة

4- إملأ :

- علل سبب كتابة التاء في كلمة (معلبات).

- علل سبب كتابة الهمزة في كلمة (تؤثر).

الوضعية الإدماجية :

يعرف عن الغذاء الصحي أنه مفيد ويقدم فوائد جمة للجسم، عكس الغذاء غير صحي فهو ضار وغير مفيد.

أكتب تعبيراً كتابياً تتحدث فيه عن الغذاء الصحي و فوائده في حياتنا، وكيف نتجنب الأغذية غير صحية. موظفاً في ذلك مفعول مطلق و اسم موصول مع التسطير عليهما.