

قسم "ب"

[٣٥ درجة]

اقرأ القطعة الآتية ثم أجب عن جميع الأسئلة التي تليها:

لا شك ولا ريب أن **الصحة** نعمة كبيرة وعظيمة لكل إنسان. فالمحافظة على الصحة مهمة وضرورية جدا للحياة السعيدة. قالت الحكمة: "الصحة ثروة الإنسان العاقل". وقالت أيضا: "العقل السليم في الجسم السليم".

للمحافظة على الصحة فلا بد من تناول الأطعمة المتوازنة وفق الهرم الغذائي. قال الله تعالى: (يا أيها الذين ءامنوا كلوا من طيبات ما رزقناكم). نكثرت في تناول الخضراوات والفواكه لأنها كثيرة من الفيتامينات والألياف. وهي تساعدنا في تقوية **الجسم** والعقل. ونقل في تناول الدهون والحلويات لأنها تضرّ صحة أجسادنا. لذلك، تناول الأغذية المتوازنة مهمة لصحتنا.

وبجانب ذلك، علينا أن نمارس الرياضة على الأقل ثلاث مرات في الأسبوع. وهذه الممارسة **تساعدنا** في اللياقة البدنية والعضلات السليمة. قالت الحكمة: "الرياضة هي الإدارة العاقلة للجسم السليم". الرياضة أيضا **تبعدنا** من الأمراض الخطيرة مثل مرض السكري ومرض ضغط الدم ومرض القلب وغيرها. لذلك، يجب علينا ممارسة الرياضة للجسم السليم.

وبالإضافة إلى ذلك، علينا أن نحافظ على نظافة جسمنا وما حولنا. قال النبي ﷺ: "النظافة شطر الإيمان". وقال الله تعالى في كتابه: (إنّ الله يحب المتطهرين). إذن، لا بد من غسل أيدينا بالماء والصابون قبل **الأكل** والاعتسال على الأقل مرتين في اليوم. ونقوم بتنظيف الأماكن حولنا كل يوم. وهذه الأعمال كلها تؤدي إلى معافاة الجسم والعقل.

هذه الورقة تحتوي على ثلاثة أقسام.

أجب عن جميع الأسئلة.

قسم "أ"

[٣٠ درجة]

أ حول الجمل الآتية إلى جماعة الإناث مع تغيير ما يلزم:

- (١) التزموا بقوانين مدرستكم.
- (٢) الطالب يكره الأمور التافهة.
- (٣) إن التجار مخلصون في الأعمال الخيرية.
- (٤) يستفسر طالب الجامعة عن المنحة الدراسية.
- (٥) لا ترفعي صوتك عند التكلم مع الوالدين.

[١٠ درجات]

ب كَوّن ما يأتي:

- (١) جملة فيها بدل مطابق.
- (٢) جملة فيها الظرف "لدى".
- (٣) جملة فيها الفعل التعبيري.
- (٤) جملة فيها الفعل المضارع منصوب بـ "كي".
- (٥) جملة مشتملة على الفاعل مرفوع بالواو.

[١٠ درجات]

ج هات مثالا لكل وزن من الأوزان الآتية ثم ضعه في جملة مفيدة:

- (١) الفعل المضارع على وزن "يَتَفَاعَلُ".
- (٢) اسم المفعول على وزن "مُسْتَفْعَل".
- (٣) المصدر على وزن "فُعُول".
- (٤) اسم الآلة على وزن "مِفْعَلَة".
- (٥) اسم الفاعل على وزن "مُفْعَلَة".

[١٠ درجات]

وخلاصة القول، لا ينافي أحد أنّ الصحة مهمة ثمينة في الحياة والمحافظة عليها واجباتنا ومسؤولياتنا. هيا نحافظ على صحتنا للحياة السعيدة.

أ أجب عن الأسئلة الآتية:

- (١) ما هي نعمة كبيرة وعظيمة لكل إنسان؟
- (٢) كيف نحافظ على الصحة؟
- (٣) لماذا نكثر في تناول الخضروات والفواكه ؟
- (٤) اذكر الأمراض الخطيرة التي يجب علينا أن نبعدھا.
- (٥) لِمَ نمارس الرياضة؟
- (٦) كم مرة علينا أن نغتسل في اليوم ؟

[١٢ درجة]

ب هات مرادفا للكلمات الآتية:

- (١) الصحة
- (٢) الجسم
- (٣) تساعدنا

[٣ درجات]

ج هات مضادا للكلمات الآتية:

- (١) تبعدنا
- (٢) الأكل
- (٣) السعيدة

[٣ درجات]

د استخرج ما يأتي من النص:

- (١) المبتدأ
- (٢) النعت
- (٣) المصدر على وزن " تَفَاعُل "

[٣ درجات]

ه أعرب الكلمات التي تحتها خط إعرابا تاما.

(١) نحافظ

(٢) شطر

[٤ درجات]

و اضبط الكلمات التي تحتها خط بالشكل التام:

وبالإضافة إلى ذلك، علينا أن نحافظ على نظافة جسمنا وما حولنا. قال النبي ﷺ: "النظافة شَطْرُ الإيمان". وقال الله تعالى في كتابه: (إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ الْمُتَطَهِّرِينَ).

[٤ درجات]

ز استخرج ثلاث أفكار رئيسية من النص بالجملة من عندك.

إن الأغذية المتوازنة تساعد في حماية الصحة العامة. تناول الأغذية المتوازنة تحمي جميع أجزاء الجسم. وعلى سبيل المثال تناول الخضراوات والفواكه الكافية تساعد على خفض الكوليسترول لأن فيها الفيتامينات والألياف الكثيرة. والحليب يساعد في تقوية العضلات والعظام لأنه غني بالكالسيوم. وأما اللحوم والأسماك تساعد في نمو الجسم والعضلات لأنها غنية بالبروتينات.

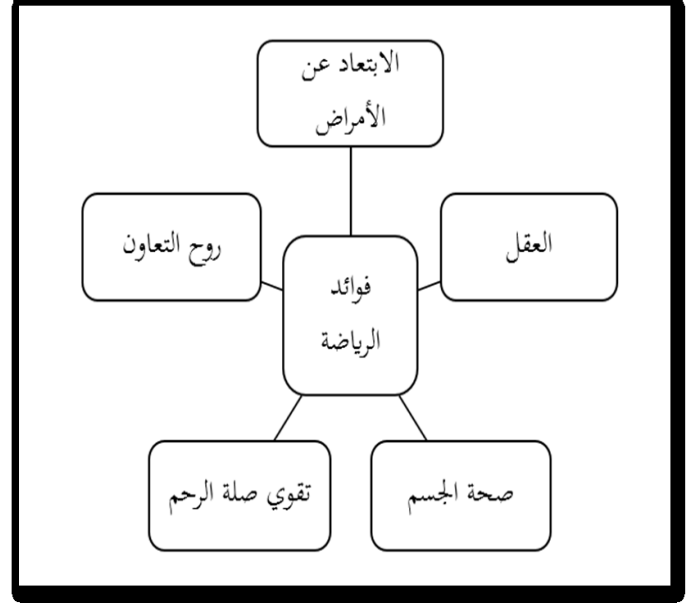
بناء على ذلك، تناول الأغذية المتوازنة مهمة لصحة الأجسام. وعلى صعيد آخر أنّ الأغذية المتوازنة تساعد على الوقاية من العديد من الأمراض الخطيرة. تناول الأغذية غير المتوازنة والمفرطة آثاره سيء. فتناول الدهون أكثر من الكمية المحددة يؤدي إلى مرض القلب وارتفاع ضغط الدم.

[٦ درجات]

قسم "ج"

[٣٥ درجة]

أ اكتب عن هذا الرسم ما لا يقل عدد كلماته عن ٤٠ كلمة في فقرة واحدة.



[١٠ درجات]

ب اكتب في واحد فقط من الموضوعات الآتية بحيث لا يقل عدد كلماته عن مائة وعشرين (١٢٠) كلمة:

- (١) يوم التسجيل الجامعي.
- (٢) المحافظة على العرض.
- (٣) التقرير عن الزيارة إلى دار المسنين.
- (٤) الحوار مع صديقك عن التسوق الإلكتروني عبر الإنترنت

[٢٥ درجة]

KERTAS PEPERIKSAAN TAMAT