

النص:

يَجِبُ عَلَى كُلِّ وَاحِدٍ مِنَّا أَنْ يُمَارِسَ الرِّيَاضَةَ لِمُدَّةِ سَاعَةٍ يَوْمِيًّا ، لِأَنَّهَا تُسَاعِدُ عَلَى تَنْشِيطِ الْجِسْمِ ، وَتُفِيدُ كُلَّ جُزْءٍ مِنْ أَجْزَائِهِ بِمَا فِيهَا الْعَقْلُ . كَمَا أَنَّهَا تُسَاعِدُ عَلَى النَّوْمِ الْعَمِيقِ ، وَتُحَسِّنُ مِنْ مَظْهَرِنَا الْعَامِ ، وَتُخَفِّضُ الْوِزْنَ ، وَتَقِي مِنَ بَعْضِ الْأَمْرَاضِ .
إِنَّ مُمَارَسَةَ رِيَاضَتِكَ الْمُفَضَّلَةَ تُمَنِّعُكَ ، وَتَجْعَلُكَ تُدَاوِمُ عَلَيْهَا لِمُدَّةٍ طَوِيلَةٍ . لِذَلِكَ لَا تُجْبِرْ نَفْسَكَ عَلَى مُمَارَسَةِ رِيَاضَةٍ لَا تُحِبُّهَا لِأَنَّكَ لَنْ تَسْتَمِرَّ فِيهَا ، وَ لَنْ تُدَاوِمَ عَلَيْهَا .

I. البناء الفكري: (02 نقطة)

1 - إقرأ النص قراءة جيدة ثم ضع له عنوانا مناسباً .

2 - استخرج من النص ثلاث فوائد للرياضة .

3 - هات من النص ضدَّ الكلمة الآتية ، ووظفه في جملة مفيدة :

المفردة	ضدّها	توظيفها
تضرُّ

4 - استخرج من النص مرادفا لكلمة " تخمي " :

- تخمي =

II. البناء اللغوي: (04 نقطة)

1 - إملأ الجدول بما يناسبه من النص :

حرف نصب	جمع تكسير	اسم مفرد مؤنث
.....

2 - هات من عندك جملتين :

أ - جملة استفهامية :

ب - جملة تعجبية :

3 - أضع " خلف - صَبَاحًا - ساعة " في المكان المناسب :

- قُمتُ لأذهبَ إلى المَدْرَسَةِ .

- إحتبأ الولدُ الأريكة .

4- أضع " لـ - لأنّ - كي " في المكان المناسب:

- إحترم والدَيْكَ وَ أَطْعَمَهُمَا تَنَالَ رِضَاهُمَا .

- لَمْ يَسْتَطِعْ حَلَّ التَّمْرَيْنِ لَمْ يَقْهَمْ الدَّرْسَ .

5- حول إلى الأمر الجمل الآتية :

- أَنْتَ كَتَبْتَ جَيِّدًا ←

- أَنْتُمْ ذَهَبْتُمْ فِي رِحْلَةٍ ←

6 - ادخل " الكاف " على الكلمة الآتية ، وغير ما يجب تغييره :

- كَ + الأُخْ ←

7- اكتب جيّدا الألف (ى - ا) في الكلمتين الآتيتين :

- مُوسَى..... ، رَضَى..... .

III. الوضعية الإدماجية: (04 نقاط)

لديك رياضة تحبها وتفضل ممارستها في أوقات فراغك .
تحدّث لنا في فقرة لا تتجاوز 12 سطرًا عن هذه الرياضة ، مبينًا فوائدها على جسمك و عقلك .
موظفًا : الجملة التعجبية ، الصفة .

