

التَّقْوِيمُ التَّشْخِصِيّ الْأَوَّلُ فِي اللُّغَةِ الْعَرَبِيَّةِ سَنَةِ خَامِسَةِ

السَّنَدُ:

الرَّيَاضَةُ مُفِيدَةٌ لِلْجِسْمِ، وَهِيَ أَنْوَعٌ مُخْتَلِفَةٌ وَأَفْضَلُ أَنْوَاعِهَا مَا يَجْرِي فِي الْهَوَاءِ الطَّلَقِ بَيْنَ أَحْضَانِ الطَّبِيعَةِ. فَالْحَرَكَاتُ مُفِيدَةٌ تُنَشِّطُ الْقَلْبَ فَيَزْدَادُ جَرِيَانُ الدَّمِّ فِي الْعُرُوقِ، وَيَتَضَاعَفُ امْتِصَاصُ الرِّئَتَيْنِ لِلْهَوَاءِ النَّقِيِّ، فَيَكْتَسِبُ الْجِسْمُ حَيَوِيَّةً وَنَشَاطًا. وَإِذَا كَانَ هُنَاكَ سَبَبٌ يَعْوقُ الدَّوْرَةَ الدَّمَوِيَّةَ أَوْ عِلَّةٌ فِي بَعْضِ أَعْضَاءِ الْجِسْمِ فَيُزُولُ ذَبْكُ السَّبَبِ وَتَبْرَأُ الْعِلَّةُ بِالرَّيَاضَةِ. مَارَسَ الْإِنْسَانُ الرَّيَاضَةَ مُنْذُ الْقَدَمِ، وَإِذَا رَأَيْتَ طِفْلًا لَا يُمَارِسُ الرَّيَاضَةَ، وَلَا يَمِيلُ إِلَيْهَا فَاعْلَمْ أَنَّ بِجَسَدِهِ عِلَّةً تَبْنَعُهُ مِنْ ذَلِكَ، وَتَحُولُ بَيْنَهُ وَبَيْنَ الْقِيَامِ بِالْأَلْعَابِ الرِّيَاضِيَّةِ الَّتِي يَحْرُسُ رَفَقَاؤُهُ وَزُمَلَاؤُهُ عَلَى الْقِيَامِ بِهَا.

الْبِنَاءُ الْفِكْرِي:

- 1/ أَعْطِ عُنْوَانًا مُنَاسِبًا لِلنَّصِّ؟
- 2/ مَا هِيَ أَفْضَلُ أَنْوَاعِ الرَّيَاضَةِ؟
- 3/ هَاتِ ضِدَّ الْكَلِمَةِ التَّالِيَةِ تَثْبِيطٌ ≠ وَمُرَادِفَ الْكَلِمَةِ التَّالِيَةِ مَرَضٌ =

الْبِنَاءُ اللَّغَوِي:

- 1/ أَعْرَبْ مَا تَحْتَهُ خَطٌ فِي النَّصِّ:

الكلمة	إعرابها
الرَّيَاضَةُ	
تَعَوَّقُ	

- 2/ ضَعِ خَطًا تَحْتَ الصِّفَةِ فِي الْجُمْلَةِ التَّالِيَةِ:

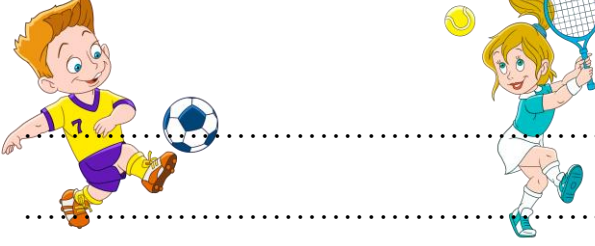
وَهِيَ أَنْوَعٌ مُخْتَلِفَةٌ، وَأَفْضَلُ أَنْوَاعِهَا مَا يَجْرِي فِي الْهَوَاءِ الطَّلَقِ.

- 3/ صَرِّفِ الْفِعْلَ مَارَسَ مَعَ ضَمَائِرِ الْمَخَاطَبِ

المفرد	المثنى	الجمع
.....		
.....		

الوضعية الإدماجية: الرّياضة مفيدةٌ لجسم الإنسان.

أكتب موضوعًا من 6 إلى 8 أسطرٍ مؤظفًا فعل مضارع ومُضاف إليه ومُتحدِّثًا عن الرّياضة المفصّلة لديك و فوائدها.



بالتوفيق يا أبطال



الأستاذ وليد بوزيداني