### الصحة - المقطع الثامن : الصحة والرياضة الجيل الثاني

#### **تحضير نص الصحة - محور (مقطع) المقطع الثامن : الصحة والرياضة الثانية متوسط مادة اللغة العربية الجيل الثاني**

تحضير نص فهم المنطوق وانتاجه الصحة للسنة الثانية 2 متوسط من منهاج مادة اللغة العربية الجيل الثاني 2 كتاب التلميذ ص 151

### الفكرة العامة

للصحة أسس يجب اتباعها للحفاظ عليها.

### تحضير نص الصحة-شرح المفردات :

مسخرة: مذللة و موضوعة  
الفطرة: الخلقة الأولية و الطبيعة  
مقدور: متكمن و مستطاع ، ينال بالقدرة والقوة  
الكد: التعب و الجهد  
يصيبون: ينالون  
يتروّحوا: يطلبوا الراحة و الاستجمام  
الاستعاضة: من التعويض أي طلب العوض و البدل  
محلة: مكان  
عدلنا: حدنا و انحرفنا  
الدعة : الراحة و السكينة  
رونق: زخرفة ، جمال.

### تحضير نص الصحة-أسئلة مختارة لاستخراج أهم المعطيات :

س\_ ما هي الأسس الضّرورية للصّحّة؟  
¹ ج \_ من الأسس الضرورية لصحة: الهواء والماء و الحركة و النوم و المأكل و المسكن و الملبس.  
س- ماذا تفهم من قول المتكلّم: » وبعضها مُسخَّر لنا بالفطرة «؟  
¹ ج \_ أي الله أوجدها للإنسان و ذللها له ابتداء لعيش(الهواء) , ومنها ما هو من الاستعدادات والميول والغرائز التي تولد مع الإنسان دون أن يكون لأحد دخل في إيجادها (الحركة و النوم) ‏  
س- وما المقصود بقوله » حياة كثير من أهل المدن جُلوسيّة « ؟  
¹ ج \_ قصد الكاتب من ذلك أنهم قليلو النشاط فأعمالهم في الغالب (أو كما يراها الكاتب) مكتبية إدارية تعتمد على الجلوس و قلة بذل الجهد البدني، و يميلون أكثر للبحث عن الراحة في غالب أوقاتهم.  
س- ما هو النّشاط الذي يقترحه علينا المتكلّم، لنُعوّض به بعض ما نفقده من ضروريات الصّحّة؟  
¹ ج \_ اقترح الكاتب التعويض بممارسة الرياضة البدنية.  
س- ما حاجة الإنسان إلى الملابس؟  
¹ ج \_ تكمن حاجته إلى الملابس في كونها مرآة أخلاقه، ووقاية لبدنه من الحر و البرد.

### تحضير نص الصحة-معطيات النص

¹ تعداد الكاتب للأسس الضرورية للصحة .  
¹ أهمية الماء و الهواء و الحركة و النوم في المحافظة على صحة الإنسان .  
¹ قيمة المأكل والملبس و المسكن في حماية الجسم من التداعي.

### تحضير نص الصحة-القيم المستخلصة من النص:

الصحة تاج على رؤوس الأصحاء لا يراه إلا المرضى

### 2/الإنتاج الشفهي:

ها قد سمعت وناقشتَ النّصّ، وصارت معالِمه واضحة لديكَ.  
1- اِعرض ترتِيبَ الأسُسِ الضّرورِيةِ لِلصّحّةِ مرتّبة حَسبِ الْأهَمّيَةِ.