

يَحْتَاجُ الْإِنْسَانُ إِلَى غِذَاءٍ جَيِّدٍ يَحْفَظُ صِحَّتَهُ ، لِذَلِكَ يَجِبُ عَلَيْنَا أَنْ نَتَنَاوَلَ طَعَامًا صِحِّيًّا وَمُفِيدًا ، وَنَحَافِظَ عَلَى نِظَافَتِنَا . فَالْعَقْلُ السَّلِيمُ فِي الْجِسْمِ السَّلِيمِ .

الغذاء المفيد

الرياضة

1- لَوْنُ عُنْوَانَا مُنَاسِبًا لِلنَّصِ :

• الغذاء  
• الجسد

• الجسم  
• الطعام

2- اِرْبِطْ كُلَّ كَلِمَةٍ بِمُرَادِفُهَا :

3- اسْتَخْرِجْ مِنَ النَّصِ ضِدَّ الْكَلِمَةِ التَّالِيَةِ : مُضِرًّا ≠ .....

4- اِبْحَثْ فِي النَّصِ عَنْ كَلِمَاتٍ فِيهَا :

| ي     | ال شَمْسِيَّة | ال قَمَرِيَّة | تَنْوِينٌ بِالْفَتْحِ | حَرْفٌ مُشَدَّدٌ |
|-------|---------------|---------------|-----------------------|------------------|
| ..... | .....         | .....         | .....                 | .....            |

5- ضَعِ الْكَلِمَاتِ التَّالِيَةِ ( لِمَاذَا ، لَا ، قَبْلَ ، مَا ) فِي الْمَكَانِ الْمُنَاسِبِ :

- أَقُولُ بِسْمِ اللَّهِ ..... الْأَكْلِ .

- ..... أَلَذَّ هَذَا الطَّعَامُ !

- ..... تَكْثُرُ مِنَ الْحَلَوِيَّاتِ .

- ..... ذَهَبْتُ إِلَى الطَّبِيبِ؟

6- رَتِّبِ الْكَلِمَاتِ الْآتِيَةَ لِتَكُونَ جُمْلَةً مُفِيدَةً ثُمَّ اكْتُبْهَا بِخَطِّ جَمِيلٍ :

السَّلِيمُ ، يَحْتَاجُ ، مُتَوَازِنًا ، الْجِسْمُ ، غِذَاءً .