

• • • % •

النص:

عاد خالد من المدرسة وقال لأمه : حدثتنا المعلمة اليوم عن **الغذاء الصحي** فقالت :**الغذاء الصحي** الذي نحتاجه يوميا يتكون من عدة مجموعات غذائية وهي:

(1) - **السكريات** و توجد في السكر و البطاطا و الخبز و العسل و الفواكه ...وهي تعطي أجسامنا الطاقة فتجعلها قوية .

(2) - **البروتينات** وتوجد في اللحوم و الأسماك و البيض ...وهي تساعد أجسامنا على النمو .

(3) - **الدهن** و توجد في الحليب و الزبدة و الجبن ، وهي تخزن الطاقة في الجسم. واعلموا يا أطفال أن كل هذه الأغذية ضرورية لصحة أبداننا ، ولكن لابد من شرب كمية كافية من الماء ليظل الجسم طريا .

**أسئلة الفهم :**

1- ضع عنوانا مناسباً للنص . عنوان النص هو : .....

2- هناك ثلاث مجموعات غذائية تكلمت عليها المعلمة، أذكرها ؟

1.....2.....3.....

3- ما هو دور البروتينات ؟

.....

4- أحط المرادف الصحيح لكل كلمة .

ضرورية: معناها مفيدة مهمة حسنة  
الطاقة : معناها القوة السمنة الرشاقة  
أسئلة اللغة:

1- صنف هذه الكلمات داخل الجدول

" القديم ، معلمات ، اشترى ، أخبار ، الشهداء ، "

كلمة بهمة وصل	كلمة ب (ال) شمسية	كلمة ب (ال) القمرية	كلمة بهمة قطع	جمع مؤنث سالم
.....	.....	.....	.....	.....

2- ضع الصيغ التالية في الفراغ المناسب : " بعد ، لن ، لم ، لا ، قبل،مسرورا"

- 1- ..... تلوث الغابة . 2 - عاد الفائز من الحفلة .....
- 3- لا تنس غسل يديك ..... الأكل ، و غسل أسنانك ..... الأكل .
- 4- ..... أكثر من تناول السكريات . 5- ..... أتناول فطور الصباح اليوم .

3- صرف العبارة التالية حسب الضمائر .

" أنت لا تكثر من تناول الحلويات "

- أنت لا .....من تناول الحلويات
- أنتم لا ..... من تناول الحلويات .
- أنتما لا ..... من تناول الحلويات .

## النص:

عاد خالد من المدرسة وقال لأمه : حدثتنا المعلمة اليوم عن الغذاء الصحي فقالت :الغذاء الصحي الذي نحتاجه يوميا يتكون من عدة مجموعات غذائية وهي:

(1) - السكريات و توجد في السكر و البطاطا و الخبز و العسل و الفواكه

...وهي تعطي أجسامنا الطاقة فتجعلها قوية .

(2) - البروتينات وتوجد في اللحوم و الأسماك و البيض ...وهي تساعد أجسامنا على النمو .

(3) - الدهن و توجد في الحليب و الزبدة و الجبن ، وهي تخزن الطاقة في الجسم.

واعلموا يا أطفال أن كل هذه الأغذية ضرورية لصحة أبداننا ، ولكن لا بد من شرب كمية كافية من الماء ليظل الجسم طريا .

## أسئلة الفهم :

1- ضع عنوانا مناسباً للنص . عنوان النص هو :...الغذاء الصحي0,5.

2- هناك ثلاث مجموعات غذائية تكلمت عليها المعلمة، أذكرها ؟

1..السكريات.....2...البروتينات.....3...الدهن.....1,5

3- ما هو دور البروتينات ؟

تساعد أجسامنا على النمو.....0,5

4- أخط المرادف الصحيح لكل كلمة .

ضرورة : معناها مفيدة مهمة 0,5 حسنة  
الطاقة: معناها القوة السمنة 0,5 الرشاقة  
أسئلة اللغة :

2- صنف هذه الكلمات داخل الجدول

" القديم ، معلمات ، اشترى ، أخبار ، الشهداء، " 2,5

كلمة بهمزة وصل	كلمة ب (ال) شمسية	كلمة ب (ال) القمرية	كلمة بهمزة قطع	جمع مؤنث سالم
...اشترى...	...الشهداء...	...القديم..	...أخبار...	...معلمات...

2- ضع الصيغ التالية في الفراغ المناسب : " بعد ، لن ، لم ، لا ، قبل، مسرورا"

1- ..لا.. تلوث الغابة . 2 - عاد الفائز من الحفلة . مسرورا..

3- لا تتس غسل يديك ..قبل. الأكل ، و غسل أسنانك .بعد. الأكل . 2,5

4- لن أكثر من تناول السكريات . 5- لم. أتناول فطور الصباح اليوم .

3- صرف العبارة التالية حسب الضمائر .

" أنت لا تكثر من تناول الحلويات "

- أنت لا ..تكثري..من تناول الحلويات

- أنتم لا ..تكثرُوا.. من تناول الحلويات . 1,5

- أنتما لا .تكثرَا. من تناول الحلويات .