

الاختبار التشخيصي الثالث

1- استمع إلى النص التالي، ثم أجب:

للأنشطة الرياضية أهمية بالغة لجسم الإنسان؛ فالجسم يحتاج إلى الرياضة؛ لتنمو عضلاته بشكل سليم، وتشير الدراسات الحديثة إلى أن الأنشطة الرياضية تعزز نمو الأطفال والشباب من الناحية البدنية والذهنية والنفسية، وتزيد من الثقة بالنفس، ومن القدرة على التعلم، وذلك من خلال تأثيرها على القدرات العقلية؛ فالطلاب الذين يشاركون في المسابقات الرياضية يكون تحصيلهم الدراسي أعلى من غيرهم.

والرياضة مهمة جداً للجسم والعقل معاً، فهي تُنشّط الجسم وتمنحه الحيوية والطاقة وتزيد من الطاقة الإيجابية وتخفف من الطاقة السلبية؛ لهذا يُوصي الأطباء النفسيون وأطباء الأمراض الأخرى بضرورة ممارسة الجسم لتحفيزه على الشفاء، لما لها من أثر قوي على جهاز المناعة، إذ تعمل على تقويته وتحفيزه على العمل. تُساعد الفرد على تخطي الأزمات النفسية مثل: القلق والاكتئاب والتوتر، إذ تُساعد الرياضة في تحفيز الجسم على إفراز هرمونات السعادة، وهذا بدوره يُحسن المزاج بشكل كبير، كما أنّ من يمارس الرياضة يتمتع بلياقة بدنية عالية تجعله أقوى وأكثر قدرة على تحمل الضغوطات المختلفة. كما تُساعد الرياضة على إعطاء الحلول المنطقية للأزمات التي يمر بها الشخص من ناحية نفسية لأنها تحفز التفكير الإيجابي، إذ إنّ تأثير الرياضة كبير جداً على العقل. وهذا ما يجعل الكثير من الأشخاص الذين جربوا تأثير الرياضة في حياتهم يحرصون على أن يمارسوا الرياضة بشكل يومي ومنتظم. وليس شرطاً أن يشترك الشخص بالنادي الرياضي كي يقوم بها، فالرياضة يمكن ممارستها بالبيت بطرق كثيرة، وحتى أثناء الذهاب إلى العمل لمن لا يملكون الوقت، فبدلاً من استخدام المواصلات بالإمكان الاعتماد على المشي في الوصول إلى مكان العمل، ويمكن استخدام الدرج في صعود الطوابق ونزولها والاستغناء عن المصعد الكهربائي، وهذا يستطيع الإنسان ممارسة الرياضة في جميع الأوقات.

وعلى مؤسسات المجتمع أن تشجع الطلاب؛ كي يمارسوا الأنشطة الرياضية المختلفة، وأن تربي الملاعب والساحات، وحينئذ ينشأ جيل نشيط مُحبّ للعمل؛ فمن لا يمارس الرياضة يدب الخمول الكسل في جسده، ولا بد من الإشارة إلى أن للأباء دوراً كبيراً، فعليهم أن يحثوا أبناءهم على القيام بالتمارين الرياضية صباحاً ومساءً، فلنمارس الرياضة ولنعد الكسل.

- حدد ثلاثة أفكار رئيسة يشتمل عليها النص السابق

الفكرة الأولى.....

الفكرة الثانية.....

الفكرة الثالثة.....

٢- أكمل الجدول التالي مستعيناً بالمثال الأول:

المثل	الفكرة الرئيسية
- خير الأمور أوساطها - كما تدين تدان - أقلل طعامك تحمد منامك - كما تزرع تحصد	التوسط والاعتدال في الحياة

٣- اقرأ النص التالي، ثم أجب:

السعادة

لماذا لا تعرفون النعم إلا عند فقدها؟
لماذا يبكي الشيخ على شبابه؟! ولا يضحك الشاب لصباه؟!
لماذا لا نرى السعادة إلا إذا ابتعدت عنّا، ولا نُبصرها إلا غارقة في ظلام الماضي، أو ممتسحة بضباب المستقبل؟!
كلُّ يبكي ماضيه ويحن إليه، فلماذا لا نُفكر في الحاضر قبل أن يصير ماضياً؟
إننا نحسد الغنى بالمال وحده، وما المال وحده؟ ألا تعرفون قصة الملك المريض الذي كان يُؤتى بأطياب الطعام، فلا يستطيع أن يأكل منها شيئاً، لما نَظَرَ من شبابه إلى البستاني وهو يأكل الخبز الأسمر بالزيتون الأسود، يدفع اللقمة في فمه، ويتناول الثانية بيده، ويأخذ الثالثة بعينه، فتمنّى أن يجد مثل هذه الشهية ويكون بستانياً.
فلماذا لا تُقدِّرون ثمن الصحة؟ أما للصحة ثمن؟
أما تعرفون قصة الرجل الذي ضلَّ في الصحراء، وكاد يهلك جوعاً وعطشاً، لما رأى غدير ماء، وإلى جنبه كيس من الجلد، فشرب من الغدير، وفتح الكيس يأمل أن يجد فيه تمرًا أو خبزاً يابساً، فلما رأى ما فيه، ارتدَّ يأساً، وسقط إعياءً، لقد رآه مملوءاً بالذهب!
لماذا تطلبون الذهب وأنتم تملكون ذهباً كثيراً؟ أليس البصر من ذهب، والصحة من ذهب، والوقت من ذهب؟
فلماذا لا نستفيد من أوقاتنا؟ لماذا لا نعرف قيمة الحياة؟
إن الصحة والوقت والعقل، كلُّ ذلك مال، وكلُّ ذلك من أسباب السعادة لمن شاء أن يسعد.
وملاك الأمر كلُّه ورأسه الإيمان، الإيمان يُشبع الجائع، ويُغني الفقير، ويُسلي المحزون، ويُقوي الضعيف، ويُسجّي الشحيح، ويجعل للإنسان من وحشته أنساً، ومن خيبته نُجحاً.

حدد الأفكار الرئيسية في النص السابق:

.....
.....

٤- ميز العبارات التي تدل على الحقيقة والعبارات التي تدل على الرأي فيما تقرأ، مستعيناً بالمثال الآتي:

في إحدى أشجار النخيل العالية كانت تعيش حمامة قد بنت عشها في أعلى الشجرة، وكانت تصعد وتنزل إلى شجرة النخيل بصعوبة، ولكن كانت أمها قد نصحتها أن تبني العش في أعلى الشجرة لكي لا يستطيع أحد من الحيوانات المفترسة أن يصل إلى العش ويؤذي فراخها الصغيرة، ولكن حدث ما لم يكن في حساب الحمامة، فقد كان يأتي إليها الثعلب المكار في كل مرة تفقس فيها بيوضها ويهددها أنه إن لم ترم له الفراخ الصغيرة فإنه سيصعد إليها ويأكلها هي وفراخها، فكانت الحمامة تخاف وترمي إليه بأفراخها الصغيرة فيأخذها ويمشي. ذات يوم جاء إليها مالك الحزين ورأها تبكي، فقال لها: لماذا تبكين أيتها الحمامة الطيبة؟ فقالت: عندي فراخ سوف تخرج من بيوضها قريباً، وسوف يأتي الثعلب كعادته ويطلبني بها، فقال مالك الحزين: ولماذا ترمين إليه فراخك؟ فقالت الحمامة: إنه يهددني ويقول إن لم ترم إليّ بالفراخ فإنني سأصعد إليك وأأكلك معها، فقال لها مالك الحزين وقد كان من أذكى الطيور وأكثرها حكمة: عندما يأتي إليك هذه المرة فقول له اصعد إليّ وخذ الفراخ بنفسك إن كنت تستطيع. بعد يومين أو ثلاثة جاء الثعلب ووقف في أسفل شجرة النخيل ونادى على الحمامة: يا أيتها الحمامة، ارمي لي بفراخك وإلا صعدتُ بنفسني، فقالت له الحمامة: اصعد إليّ إن كنت قادراً على ذلك، فسكت الثعلب وعلم أن خطته لم تنجح، وقال للحمامة: من علمك هذا الكلام أيتها الحمامة؟ فقالت: علمني هذا الكلام مالك الحزين، فذهب الثعلب غاضباً يبحث عن مالك الحزين، ووجده واقفاً عند النهر كعادته. اقترب الثعلب غاضباً وقال لمالك الحزين: يا مالك الحزين، إن لك سيقاناً طويلة ومنقاراً طويلاً وأجنحة ضخمة، فماذا تفعل إن هبت عليك العاصفة؟ فقال مالك الحزين: أخفي رأسي بين جناحي، فقال الثعلب: وكيف تفعل ذلك؟ وهنا انتبه مالك الحزين إلى أن الثعلب يحاول أن يوقعه بمشكلة، فقال مالك الحزين: لا أستطيع أن أريك كيف، ولكن يمكن لك أن تدبر لي ظهرك حتى أستعد لذلك، فاستدار الثعلب، وعندما استدار هرب مالك الحزين وصعد إلى شجرة عالية، وقال للثعلب: تريد أن تأكلني أمها المكار، ولكنني كنتُ أذكى منك وهربتُ، وهنا عاد الثعلب يجرّ أذيال الخيبة.

المثال:

- من الحقائق الواردة في النص: الثعلب يأكل الطيور.
- من الآراء الواردة في النص: الكلام الجميل يندع كثيراً.
- من الحقائق الواردة في النص:

- من الآراء الواردة في النص:

٥- ميز الحقيقة من الرأي فيما يأتي مستعيناً بالمثل الأول:

رأي	حقيقة	الجملة
	حقيقة	أبو بكر الصديق أول الخلفاء الراشدين
		تتكون حروف الهجاء من ٢٨ حرفاً
		الشمس تشرق وتغرب كل يوم
		شيء ممتع أن تقرأ كل يوم
		الفل أجمل الزهور
		النمل يعيش في جماعات متعاونة
		شعر جرير أجمل من شعر المتنبي