

الوحدة الرابعة : الغذاء المتوازن

الغذاء المتوازن

ملخص الدرس :





الغذاء المتوازن

المعاني

الكلمة	المعنى	الكلمة	المعنى
الوقود	النَّفط	تخيّل	تصوّر
خيرٌ	أفضلُ	دعك من	توقف
يتألف	يتكوّن	يتعيّن	يتوجب
ينمو	يكبر	غنية	ملينة
بناء	تكوين	رقاقات	شراح
تعطيك	تمنحك	صنع	تكوين
المطلوب	المُراد	امتنعت	توقفت
معافٍ	سليماً	تمدك	تعطيك

الاستخراج

الكلمة	الاستخراج	الكلمة	الاستخراج
آلة \ آخر	همزة مدّ	الفيتامينات \ البروتينات	جمع مؤنث سالم
السّيّارة	تاء مربوطة	أو	حرف عطف يفيد التّخيير
المعادن \ أجزاء	جمع تكسير	و	حرف عطف يفيد الجمع المشاركة
التي	اسم موصول	لن تُصاب	حرف نصب وفعل مضارع منصوب
القليل \ الكثير	طباق	هي	ضمير غائب للمفرد المؤنثة
يقول \ تخيّل	أفعال مضارعة	هذه	اسم إشارة للمفردة المؤنثة
يُساعد الماء	جملة فعلية	إلا	همزة قطع

نوع النص: نصّ علمي يعتمد على الحقائق والبراهين والأدلة ، بعيداً عن الآراء الشخصية.

الدّرس المستفاد: أهميّة الاعتدال في تناول الأطعمة وجعل طعامك طبيبك الأول ، فالغذاء المتوازن أساس الصّحة الجيدة .

الهمزة المتوسطة



قاعدة أقوى الحركات

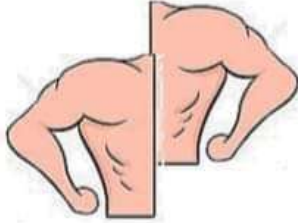
الفتحة

الضمة

الكسرة



أقوى الحركات هي :



- الكسرة ويناسبها النبرة (د ، ئ)
- ثمّ الضمة ويناسبها الواو (و)
- ثمّ الفتحة ويناسبها الألف (أ)
- ثمّ السكون ويناسبها السطر (ء)

تعريف الهمزة المتوسطة : هي الهمزة التي تقع في وسط الكلمة .
ولكتابة الهمزة المتوسطة بطريقة صحيحة أتبع قاعدة أقوى الحركات وأقارن بين حركة الهمزة وحركة الحرف الذي قبلها والحركة الأقوى أختار لها الشكل المناسب
مثال : (سـ ل) حركة الهمزة الكسرة وحركة ما قبلها (سـ) الضمة والكسرة أقوى من الضمة ويناسبها النبرة إذا ستكتب الهمزة على نبرة (سـ ل)

إذا : تكتب الهمزة المتوسطة بمقارنة حركتها مع حركة الحرف الذي قبلها:

1. إذا كانت أقوى الحركتين هي الكسرة تكتب الهمزة على نبرة، مثال: عائد- فئة.
2. إذا كانت أقوى الحركتين هي الضمة، تكتب الهمزة على واو، مثال: مؤمن - مؤونة.
3. إذا كانت أقوى الحركتين هي الفتحة تكتب الهمزة على ألف، مثل: ينأى - ماتم .

انتبه جيدًا حتى نطبق قاعدة الهمزة المتوسطة يجب أن تكون هذه الهمزة أصلية في الكلمة والحروف التي قبلها من أصل الكلمة.



تدريب 1 : اختر الكلمة التي كتبت بطريقة صحيحة :

..... المسجد معظلة (مئذنة ، مأذنة)

..... طالب نجيب (مأمن ، مؤمن)

..... رأيت خالدًا وسلّمت (أبناؤه ، أبناءه)

..... سائل بعذاب واقع " (سئل ، سأل)

تدريب 2 : صوّب الخطأ الوارد في الجمل التالية :

الصواب	الجملة
	كلّ نفس ذاءقة الموت
	أبدى خالد رثيه في المشكلة
	بادر المشجعون إلى مُنازرة الفريق

تدريب 3 : ضع دائرة حول الهمزة المتوسطة :

غِذَائِيَّة	مَاء	يَتَأَلَّفُ	☐
مُفَاجِئ	مُؤَن	أَكَلَ	☐
			☐
			☐
			☐
			☐
			☐



تدريب 4 : اكتب الكلمات التالية بطريقة صحيحة منتبهاً للشكل المناسب للهمزة

أَحَدُ حَرَكَهَ الهمزة،
وَحَرَكَهَ الحَرْفُ الَّذِي
قَبْلَهَا.

أَخْتَبِرُ قُوَّةَ الحَرَكَتَيْنِ.

أَكْتُبُ الهمزةَ وَفَقْ
الشَّكْلَ المُنَاسِبِ
لِأَقْوَى الحَرَكَتَيْنِ.

الكلمة	الحرف الذي قبل الهمزة	الهمزة	أقوى الحركاتين	الرسم المناسب للهمزة وفق قوة الحركة
ب ء ر	مَكسور	ساكنة	الكسرة	بِثْر
م ء س س ة	مَضْموم	مفتوحة	الضمة	مُؤَسَّسة
ر ء س	مَفْتُوح	ساكنة	الفتحة	رَأْس
ج ا ء ع	حَرْف مَدّ	مَكسورة		
م ء ل م	مَضْموم	ساكنة		



كِتَابَةُ اللَّافِتَةِ

تعريفها: هي وسيلة إرشادية تُستخدم في إرشاد الآخرين إلى سلوكٍ حميدٍ ، أو تحذيرهم من سلوكٍ ضارٍّ، وقد سُميت بهذا الاسم ؛ لأنها وُضعت لتلفت الناس إليها .



- 1- جملٌ إرشاديٌّ تحثُ على فعلٍ جيدٍ ، أو تحذّر من فعلٍ ضارٍّ .
- 2- تكتب داخل إطارٍ لافتٍ للنظر .
- 3- تُعلق في مكانٍ بارزٍ .
- 4- عباراتها واضحة ، وكلماتها سهلة .
- 5- مكتوبة بخطٍّ واضحٍ ومقروءٍ .



مُحاكاة تحويل الفعل الماضي إلى مُضارع



أمثلة على الأفعال

الأمر	المضارع	الماضي
ادرس	يدرس	درس
توضأ	يتوضأ	توضأ
اشرب	يشرب	شرب

الفعل المضارع: هو حدث مرتبط بزمان بدأ ومازال مستمراً ، ويبدأ بحروف المضارعة المجموعة في كلمة (نأتي) .

الفعل المضارع له ثلاث حالات في الإعراب :

- 1- يكون مرفوعاً إذا لم يسبق بحرف نصبٍ أو حرف جزمٍ **وعلامه رفعه الضمة .**
مثال : يدرسُ ، نأكلُ ، تلعبُ ، يقرأُ .
- 2- يكون منصوباً إذا سبق بأحد حروف النصب وحروف النصب هي : أن ، لن ، كي ، حتى ، لام التعليل . **وعلامه النصب الفتحة .**
مثال : أن يدرسَ ، كي بلعبَ .
- 3- يكون مجزوماً إذا سبق بأحد حروف الجزم وحروف الجزم هي : لم ، لما ، لا النهيّة ، لام الأمر . **وعلامه الجزم السكون .**
مثال : لم يدرسَ ، لا تكتبَ .



حروف النصب	حروف الجزم
أن	لم
لن	لما
كي	لام الأمر
حتى	لا الناهية
لام التعليل	

يدرسُ : فعل مضارع مرفوع بالضمة .

أن : حرف نصب .

يدرسَ : فعل مضارع منصوب بالفتحة .

لم : حرف جزم .

يدرسُ : فعل مضارع مجزوم بالسكون .

لتحويل الفعل الماضي إلى الفعل المضارع نضيف في أوله أحد حروف المضارعة المجموعة في كلمة (نأتي) مع الانتباه جيدًا للفعل قبل تحويله .

الفعل الماضي	الفعل المضارع
درشنا	ندرسُ
درستُ	أدرسُ
درستِ	تدرسُ
درسَ	يدرسُ
نأتي	
الفعل الماضي	الفعل المضارع
أكلنا	
أكلتُ	
أكلتِ	
أكلَ	
نأتي	



تدريب 1 : أحول صيغة الفعل الماضي إلى صيغة الفعل المضارع في الجمل التالية :

1- أتى الولد مُسرَّعًا :

2- تناولت لُجَيْنَ الغداء الصَّحْي :

3- شربنا كأسَ الحليب :

4- ابتعدتُ عن تناول الغداء الضَّار :

5- قرأ سعيدُ قصَّةً مُفيدةً :

تدريب 2 : أحول صيغة الفعل المضارع إلى صيغة الفعل الماضي في الجمل التالية :

1- ندرسُ للامتحان :

2- يعدُّ الإنسان الطَّعامَ وَقودًا للجسم :

3- أبتعدُ عن تناول الأطعمة المكشوفة :

4- تشربُ الفتاةُ العصيرَ الطَّبيعي :

5- تَواظبُ العائلةُ على مُتابعة طبيب الصِّحَّة :