

## الوحدة الخامسة البيئة والصحة النص الشعري الرياضة من ص 155 إلى 159



### تم تحميل هذا الملف من موقع المناهج السعودية

موقع المناهج ← المناهج السعودية ← الصف الأول المتوسط ← لغة عربية ← الفصل الثاني ← ملفات متنوعة ← الملف

تاريخ إضافة الملف على موقع المناهج: 2026-04-12 19:51:20

ملفات اكتب للمعلم اكتب للطالب الاختبارات الكترونية الاختبارات ا حلول ا عروض بوربوينت ا أوراق عمل  
منهج انجليزي ا ملخصات وتقارير ا مذكرات وبنوك الامتحان النهائي للمدرس

المزيد من مادة  
لغة عربية:

إعداد: عفاف الحربي

### التواصل الاجتماعي بحسب الصف الأول المتوسط



صفحة المناهج  
السعودية على  
فيسبوك

الرياضيات

اللغة الانجليزية

اللغة العربية

التربية الاسلامية

المواد على تلغرام

### المزيد من الملفات بحسب الصف الأول المتوسط والمادة لغة عربية في الفصل الثاني

الوحدة الخامسة البيئة والصحة النص الإثرائي ورد الطائف من ص 160 إلى 163

1

حل كتاب لغتي كامل

2

اختبار تشخيصي 1

3

أوراق عمل

4

خطة توزيع المنهج 1447

5



# البيئة والصحة



مركز وزارة التعليم  
هذا الكتاب ينتمي عن لغتنا



المكتبة الخيرية السعودية

# لُغَتِي الْخَالِدَة

الصف الأول المتوسط  
الفصل الدراسي الثاني

تأليف وتأليف المراجعة  
عبدالله بن المحسن



النشيد  
الوطني  
السعودي



## القوانين الصفية



رفع اليد للمشاركة



مراجعة الدروس السابقة



الالتزام بالوقت



الانصات والتركيز



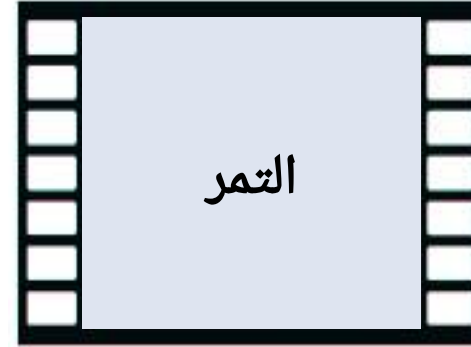
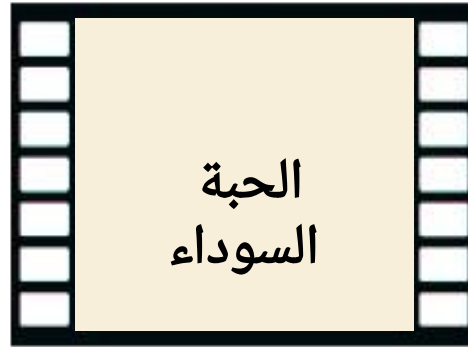
الالتزام بالهدوء



التعاون والمشاركة



نص الدعم ( فيه شفاء ) ذكر فوائده  
د :





■

المهارة	الصفحة	المحتوى	الدرس	المكون	الوحدة	لغتي الخالدة - الأول المتوسط
الفهم	من خارج الكتاب	التمهيد	الرياضة	النص الشعري	الخامسة	البيئة والصحة



بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

التاريخ : / /

1447 هـ

المادة : لغتي الخالد  
ة .

الوحدة الخامسة : البيئة والصحة  
المكون : النص الشعري

الموضوع / الرياضة

من صفحة 155 إلى صفحة 159

اكتساب اتجاهات وقيم متصلة بمجال البيئة والصحة

اكتساب رصيد معرفي ولغوي متصل بمجال البيئة والصحة

التعرف على أبرز العادات السليمة التي نحافظ بها على بيئتنا وصحتنا

تجاوز الصعوبات القرائية ، واكتساب مهارات القراءة السليمة

فهم نصوص الوحدة المقروءة والمسموعة وتحليلها وتذوقها ونقدها

استنتاج الفكرة الرئيسية والأفكار الفرعية للنص

الإجابة عن الاسئلة من خلال النص حسب المطلوب

قراءة الأبيات قراءة معبرة

الكفايات :

الأهداف :



المهارة	الصفحة	المحتوى	الدرس	المكون	الوحدة	لغتي الخالدة - الأول المتوسط
الفهم	من خارج الكتاب	استكشف النص	الرياضة	النص الشعري	الخامسة	البيئة والصحة

نفتح الكتاب على صفحة 155  
أقرأ النص الشعري  
قراءة صامتة مدة عشر دقائق ، ثم أجب عن المطلوب :

عنوان النص

قائل النص

عدد أبيات النص

الصور المصاحبة للنص

الكلمات الجديدة والغامضة





## القراءة الصامتة :

هي قراءة سرّية تكون بواسطة النّظر ليس فيها صوت ولا همس ولا تحريك للشفّتين

## شروط القراءة الصامتة :

1. عدم الإشارة بالأصبع على الكلمة المقرّوءة
2. إمساك قلم الرّصاص لتسجيل الملاحظات على هامش النّص
3. الالتزام بالوقت المحدد للقراءة الصامتة
4. التّركيز وفهم المعنى لأتمكن بعدها من الإجابة عن الأسئلة.



لغتي الجميلة



الاستراتيجية	الصفحة	المحتوى	الدرس	المكون	الوحدة	لغتي الخالدة - الأول المتوسط
خرائط المفاهيم	من خارج الكتاب	استكشف النص	الرياضة	النص الشعري	الخامسة	البيئة والصحة



عدد الأبيات  
10

بتعدى القراءتي المتعمقة، مكملتي الخريطة  
التالية:



عنوان النص  
الرياضة

قائل النص /  
عمر فروخ



المهارة	الصفحة	المحتوى	الدرس	المكون	الوحدة	لغتي الخالدة - الأول المتوسط
الفهم	من خارج الكتاب	استكشف النص	الرياضة	النص الشعري	الخامسة	البيئة والصحة

بعد القراءة المتعمقة ، لنملأ معاً الصندوق اللغوي :  
: يوغللاق وحنصلا لعم لأمل ، تقمتملا ةءارقلا دعبر

## صندوق اللغوي

الكلمات	الكلمات	الكلمات
		عرينا
		النزال
		الرزايا
		العزم



صندوق

ي و ل غ ل م ا

ي



المهارة	الصفحة	المحتوى	الدرس	المكون	الوحدة	لغتي الخالدة - الأول المتوسط
الاستماع	من خارج الكتاب	النص	الرياضة	النص الشعري	الخامسة	البيئة والصحة



المهارة	الصفحة	المحتوى	الدرس	المكون	الوحدة	لغتي الخالدة - الأول المتوسط
الاستماع	155	النص	الرياضة	النص الشعري	الخامسة	البيئة والصحة

الآن ، سنقرأ النص قراءة معبرة  
من مستعد ليسمعنا النص بصوته الجميل  
؟



النص الشعري



الرياضة

قصيدة شعريّة



وأجسود إذا لاقى فريد  
أضحت سدور السراويل  
ملا تيج كبر في الورد  
فرائد منساب الطمانينة  
وتفوح نعيم خلق العبد  
فيقول: استأجب باسمينا  
نحو في دهبنا تكافيت  
ألم يحسن الزمان الأبيد  
وكن في الأرض إنسانا نعيانا  
ونولج رأيت في الرفاهية

أعزّ ، لاس متفيا عربا  
وأولها سدورا في نزل  
بيك في العراد سويل جان  
فهي نهي الرياضة إن لها  
تزو دهم بالحسبم انداد  
وتجت فيبر روكا صرنا  
فون نزلت بأوهوب سرزاد  
وليس اعزيم مقفوة نضيب  
مكن فيك ريدانية فوفا  
جدايك شيع العارسة زعوا

© جميع الحقوق محفوظة لدار الفنون - بيروت - لبنان

رؤية  
VISION  
2030  
الجمهورية العربية السورية  
REPUBLIC OF SYRIA - ARABIA  
تستهدف رؤية المسئكة ٢٠٣٠  
رفع نسبة ممارسي الرياضة بين  
المواطنين والمقيمين؛ لبناء  
مجتمع صحي يتمتع بخدمات  
جودة الحياة، من خلال تشجيع  
الرياضات بأنواعها؛ وتوفير  
البيئة المثالية لممارستها.

أستظهر النص كاملاً.



المهارة	الصفحة	المحتوى	الدرس	المكون	الوحدة	لغتي الخالدة - الأول المتوسط
الفهم	156	التعريف بالشاعر	الرياضة	النص الشعري	الخامسة	البيئة والصحة



**أتعرفُ الشاعر.**

**عمر فروخ: أديب لبناني، من مواليد بيروت، له مؤلفات عديدة، منها: (تاريخ العلوم عند العرب)، (معالم الأدب العربي في العصر الحديث).**

غبار السنين، عمر فروخ، دار الأندلس.



استكشف النص



وأشجعُها إذا لاقت قرينا  
إذا ضاقتُ صدورُ النازلينا

أعزُّ الأسدِ أمنعُها عرينا  
وأوسعُها صدوراً في نزالِ

معناها	الكلمة
أفضل وأرفع شأنًا	أعز
أقواها	أمنعها
العرين بيت الأسد	عرينا
القرين أي المماثل	قرينا
قتال	نزال

الفكرة الجزئية للنص :

وصف قوة الأسود

بم بدأ الشاعر قصيدته ؟

بدأ الشاعر قصيدته بصيغة تفضيل ( أعز ) بمعنى أفضل وارفع شأنًا والمفضل هي الأسود صاحبة البيوت المنيعة الحصينة القوية وقت النزال مع من يشابهها في القوة والمنعة وهي أيضاً ذات صبر طويل في وقت الحرب في وقت تضيق فيه صدور أصحاب الهمم الضعيفة

لماذا اختار الشاعر الأسد ؟

اختار الأسد للوصف والتفضيل عن سائر الحيوانات لأن الاسد هو سيد الغابة ومعروف بقوته المطلقة وسيطرته التامة في مملكته فكان اختياره اختياراً موفقاً



فلا تتبع سبيل الهازلينا  
فوائد للشباب الطامحين

سبيلك في الحياة سبيل جد  
فحي معي الرياضة إن فيها

لمن وجه الشاعر الخطاب في البيت

معناها	الكلمة
طريق	سبيل
المازحين الغير جادين	الهازلينا
أصحاب الهمم العالية	الطامحينا

الفكرة الجزئية للنص :

الرياضة طريق للحياة

بدأ الشاعر مباشرة في التلميح إلى فكرة النص وتقريب الصورة إلى أذهان القراء فيخاطب بصيغة الإبهام ( سبيلك ) فلا ندري من يخاطب فربما المعني ( الانسان - الشاب - الفتى أو غيره ) حيث يرشده إلى أنه خلق في الحياة لغاية عظيمة وسامية ولم يخلق عبثا ( إنا كل شيء خلقناه بقدر )

فيجب عليه أن ينأى بنفسه عن مسالك أصحاب العقول التافهة التي تبحث عن اللهو والهزل وليس لها هدف يذكر

ماذا وضح لنا الشاعر في البيت الرابع

يبدأ الشاعر في التركيز أكثر وإزالة اللبس والغموض عن قصيدته فيدعو إلى تحية إكبار وإعجاب بالرياضة لما فيها من فوائد لكل شاب طموح متطلع إلى الأمام ، وعرفنا من المخاطب في القصيدة وما موضوع الخطاب وهو الشباب والرياضة ، ولا يعني الشاعر الرياضة التافهة التي تسبب البغضاء والشحناء بين شباب الأمة المسلمة لا بل يعني رياضة تسمو بالعقول والأفكار وتهذب الخلق



تزوّدهم بأجسامٍ شِدادٍ وتبعثُ فيهمُ روحاً شريفاً  
وتغرسُ فيهمُ الخلقَ المتينا فيلقونَ المتاعِبَ باسمينا

معناها	الكلمة
تمنحهم	تزوّدهم
قوية	شِداد
تنبت وتثبت	تغرس
القوي	المتين
المصاعب	المتاعب

الفكرة الجزئية للنص :

فوائد الرياضة

ماذا ذكر الشاعر في هذه الأبيات ؟

يبدأ في تعداد فوائد الرياضة من بناء للأجسام بشدة وقوة وتبعد عن النفس الهزل والميوعة والليونة المكروهة في الرجال لما فيها من تشبه بالنساء والرياضة تروض النفس وتقوم الخلق فتعود على الضبط وتربي الشباب على اخلاق فاضلة كالصبر والشدة والالتزام وغيره وهي تسمو بالروح فمن تعود على الرياضة تجده نادرا ما يتأفف أو يتذمر اذا ما أسند اليه عمل او مهمة فتتربي فيهم الأريحية التي تجعلهم يتقبلون المصاعب والأمور الشداد بابتسامة تملؤها التفاؤل بتيسير الصعاب بعون الله



سَعَوْا فِي دَفْعِهَا مُتَكَاتِفِينَ  
إِذَا لَمْ يَنْشِئِ الْوَطْنَ الْأَمِينَا

فَإِنْ نَزَلَتْ بِأَرْضِهِمُ الرِّزَايَا  
وَلَيْسَ الْعِزْمُ مَفْخَرَةً لِشَعْبٍ

معناها	الكلمة
المصائب	الرزايا
متعاونين	متكاتفيين
القوة	العزم
من الزهو والتباهي	مفخرة

الفكرة الجزئية للنص :

الرياضة والدفاع عن الوطن

ماذا ذكر الشاعر في هذه الأبيات ؟

الرياضة مدرسة للرجال الأشداء حماة الأوطان  
عندما تدق طبول الأخطار ينطلقون متكاتفين  
لدفعها

وهذه إشارة من الشاعر إلى أن الرياضي هو جندي  
بالدرجة الأولى حيث نرى أن المدارس العسكرية  
تولي الرياضة اهتماماً قوياً لما فيها من فوائد  
عديدة كما ذكرنا في الأبيات السابقة  
وليست القوة وبناء الأجسام الشداد مفخرة وعزة  
لأي شعب إذا لم يسخرها لبناء وطنه ونهضة أمته



فكن فينا رياضياً قوياً  
وكن في الأرض إنساناً مُعِيناً  
هنالك نبلُ العلياء زهواً  
ونرفعُ رأسنا في الرافعينا

الكلمة	معناها
العلياء	المكانة العالية
زهواً	فخراً

**الفكرة الجزئية للنص :**

الدعوة للممارسة الرياضة

**لمن وجه الشاعر الخطاب في هذه الأبيات ، وإلام يدعوه ؟**

وفي نهاية القصيدة يوجه الشاعر خطاباً مباشراً للشباب المسلم ، ويدعوه إلى التمسك بالرياضة جسده وتدريبه على القوة والصلابة لتحقيق مهمته العظمى على الأرض وهي خلافة الأرض وإعمارها بخير وبذلك نحقق العلو والرفعة بفخر وزهو وترفع رؤوسنا بين العالم وفي كل مكان





**الفكرة الرئيسية للنص :**

الحث على الاهتمام بالرياضة  
وممارستها



الاستراتيجية	الصفحة	المحتوى	الدرس	المكون	الوحدة	لغتي الخالدة - الأول المتوسط
الدقيقة الواحدة	156	تدريبات	الرياضة	النص الشعري	الخامسة	البيئة والصحة

أجيبُ عما يأتي بوضع علامة (✓) أمام الإجابة الصحيحة:



٣. يريد الشاعر من الإنسان أن يكون:

- جداً  
 هازلاً وساخراً  
 عاجزاً ومتكاسلاً

٢. يوجه الشاعر تحيته في الأبيات إلى:

- المعلم  
 الرياضي  
 الآباء

١. مجال هذه الأبيات:

- مدح  
 حكمة  
 نصح وإرشاد



المهارة	الصفحة	المحتوى	الدرس	المكون	الوحدة	لغتي الخالدة - الأول المتوسط
الفهم	156	تدريبات	الرياضة	النص الشعري	الخامسة	البيئة والصحة

أكمل ما يأتي:

ثالثاً

١ ..... تقوي البدن

٢ ..... تساهم بالتعارف والتواصل

٣ ..... تفيد الصحة والدورة الدموية

← نهتم بالرياضة لأنها:



الاستراتيجية	الصفحة	المحتوى	الدرس	المكون	الوحدة	لغتي الخالدة - الأول المتوسط
نصفي الآخر	157	تدريبات	الرياضة	النص الشعري	الخامسة	البيئة والصحة

أصل كل كلمة بمعناها المناسب.

أفرداً

انمي لغتي

المصائب

متاعب

الطريق

أقوياء

قتال

أصحاب الهمم العالية الراغبين في المجد

نزال

الطامحين

شداد

الرزايا

السبيل



الاستراتيجية	الصفحة	المحتوى	الدرس	المكون	الوحدة	لغتي الخالدة - الأول المتوسط
نصفي الآخر	157	تدريبات	الرياضة	النص الشعري	الخامسة	البيئة والصحة

أختارُ المعنى المناسب للكلمة كما وردت في النَّص، ثم أضعها في جملة من إنشائي.

ثانياً

البدین

القوي

المتين

الجيد إقامته

يعجبني القوي المتين في الحق

ملازمًا له  
ومقترنًا به

صديقًا  
ومصاحبًا له

قريبًا

اتخذ قريبًا يزيدك تفوقًا

مماثلًا له في  
الشجاعة

تكبرًا

منظرًا  
حسنًا

زهوا

فخرًا

الوالد يبتسم زهواً بتفوق ولده



المهارة	الصفحة	المحتوى	الدرس	المكون	الوحدة	لغتي الخالدة - الأول المتوسط
الفهم	158	تدريبات	الرياضة	النص الشعري	الخامسة	البيئة والصحة

أجيب عن الأسئلة الآتية لأستخلص الفكرة العامة والأفكار  
الرئيسية:



- ما الطريق الصحيح في الحياة؟ **طريق الجد**
- بم ينصح الشاعر في هذه الأبيات؟ **بممارسة الرياضة**
- ما فائدة الرياضة؟ **تقوي البدن ، وتعلم الصبر على المشاق**
- ما الذي تغرسه الرياضة في نفس الإنسان؟ **تفيد الصحة والذورة الدموية الصبر والتحمل والشجاعة**



المهارة	الصفحة	المحتوى	الدرس	المكون	الوحدة	لغتي الخالدة - الأول المتوسط
الفهم	158	تدريبات	الرياضة	النص الشعري	الخامسة	البيئة والصحة

أعلِّ ما يأتي:

ثانياً

ذِكر الشاعر الأسد من بين الحيوانات الأخرى.

لما يعرف عنه من القوة  
والشجاعة

تحية الشاعر للرياضة.

لاهتمامه بها ورغبته أن يهتم الجميع بها  
أيضا

تكرار الشاعر كلمة (كُن) في البيت التاسع.

للتحفيز  
والتشجيع



المهارة	الصفحة	المحتوى	الدرس	المكون	الوحدة	لغتي الخالدة - الأول المتوسط
الفهم	158	تدريبات	الرياضة	النص الشعري	الخامسة	البيئة والصحة

أستدلُّ على القيم الدينية الآتية من الأبيات:

ثالثاً

- ١ العون والمساعدة. البيت: ..... التاسع
- ٢ الشرف والصبر. البيت: ..... ع  
ساد  
س



المهارة	الصفحة	المحتوى	الدرس	المكون	الوحدة	لغتي الخالدة - الأول المتوسط
التذوق الأدبي	159	تدريبات	الرياضة	النص الشعري	الخامسة	البيئة والصحة

أحدّد العلاقة بين كل كلمتين مما يأتي:

أذوق

أزدوق

جد وهزل ←

شداد والمتينا →

أختار من القصيدة شطر بيت يصلح أن يكون حكمة.

أعز الأسد أمنعها  
عرينا



المهارة	الصفحة	المحتوى	الدرس	المكون	الوحدة	لغتي الخالدة - الأول المتوسط
التذوق الأدبي	159	تدريبات	الرياضة	النص الشعري	الخامسة	البيئة والصحة

يقول الشاعر:

أعز الأسد أمنعها عرينا وأشجعها إذا لاقت قرينا

كيف تظهر الشجاعة عند لقاء الأقران؟

**عندما يلتقي شخص بقرين له فإن ذلك يحفزه ويعطيه شجاعة أكبر لمواجهة او منافسته**

• أنشد النص إنشادًا معبرًا.





<https://t.me/ArArbbic>

اليوم  
تعلقت



الواجب المنزلي :  
في منصة مدرستي



" اللهم اجعل عملي كله صالحاً ، واجعله لوجهك خالصاً ، ولا تجعل لأحد فيه شيئاً " أ / عفاف الحربي