من أجل أن يحيا الإنسان في مجتمع صحى سعيد بعيدًا عن الأمراض، فعليه الاهتمام بغذائه بتناول الطعام الصحى، وهو الغذاء المليء بالفيتامينات والسعرات والعناصر الغذائية المفيدة التي تمد الجسم بما يحتاج إليه؛ لكي ينمو النمو السليم، ويساعد أجهزة الجسم في العمل بشكل متوازن، والمحافظة عليه من الأمراض وتقوية المناعة، والأخذ بعين الاعتبار أن تكون السعرات المكتسبة من الطعام توازن الطاقة المستهلكة؛ حتى ينمو الجسم بشكل صحيح. وإذا قلَّت هذه السعرات عن المحدل المطلوب فسوف تؤدي إلى فقد الطاقة في الجسم مما يضعفه، وإن زادت فسوف تتراكم في أوعيتنا الدموية وفي أجسامنا؛ مما يؤدي إلى تراكم الدهون وزيادة الوزن ومشاكل صحية أخرى.

ولحل مشاكل الطعام قام العلماء بتقسيم الأغذية إلى سبع مجموعات رئيسة، ويذلك يتم تحديد عدد الحصص المحددة لكل شخص حسب السعرات الحرارية المستفادة. وللحصول على طعام صحى هذاك مجموعة من التعليمات التي يجب اتباعها: تناول السلطات والخضروات، والأفضل أن يكون خضارًا طازجًا لما يحويه من فيتامينات ومعادن مفيدة للجسم، والاهتمام بالأغذية الغنية بالكالسيوم والحديد؛ وذلك لفائدتهما العالية للجسم، والإكثار من تناول البقوليات والخضر الورقية؛ وذلك لما تحويه من معادن مفيدة لبناء ونمو الجسم، وعدم الاعتماد على تناول الأطعمة الغنية بالدهون حيث إن أضرارها تكون كبيرة بالنسبة للأجهزة العضوية في جسم الإنسان، وضرورة الحد من تناول الطعام الغني بالسكريات والنشويات، والعمل على تقليلهما قدر الإمكان، بجانب الأغذية الصوديوم والأطعمة الغنية بالأملاح والمخللات.

وعند التحدث عن الطعام الصحى يجب ذكر السوائل وأهميتها بالنسبة لجسم الإنسان، حيث إن أجسامنا تتكون من ٧٠٪ من الماء؛ أي أن السوائل والماء يقومان بمهام كثيرة لبناء أجسامنا، منها: المحافظة على درجة حرارة الجسم، واكتمال العمليات الحيوية بجسم الإنسان ومساعدة الجهاز الهضمي في عملياته ووصول المخذيات إلى الأمعاء عن طريق تنويبها؛ حيث إن الإنسان يفقد هذه السوائل والماء على مدار اليوم عن طريق البول والعرق، والتنفس وغيرها من العمليات الأخرى.

ما مضاد كلمة "تَرَاكُم" في الفقرة الأولى ؟

- و تَقُتُّت.
- و تَخَلُّل.
- 🤍 ذُوبَان.
- تُمَدُّد.

من أجل أن يحيا الإنسان في مجتمع صحى سعيد بعيدًا عن الأمراض، فعليه الاهتمام بخذائه بتناول الطعام الصحى، وهو الغذاء الملىء بالفيتامينات والسعرات والعناصر الغذائية المفيدة التي تمد الجسم بما يحتاج إليه؛ لكي ينمو النمو السليم، ويساعد أجهزة الجسم في العمل بشكل متوازن، والمحافظة عليه من الأمراض وتقوية المناعة، والأخذ بعين الاعتبار أن تكون السعرات المكتسبة من الطعام توازن الطاقة المستهلكة؛ حتى ينمو الجسم بشكل صحيح. وإذا قلت هذه السعرات عن المحدل المطلوب فسوف تؤدي إلى فقد الطاقة في الجسم مما يضعفه، وإن زادت فسوف تثراكم في أوعيتنا الدموية وفي أجسامنا؛ مما يؤدي إلى تراكم الدهون، وزيادة الوزن، ومشاكل صحية أخرى.

ولحل مشاكل الطعام قام العلماء بتقسيم الأغذية إلى سبع مجموعات رئيسة، ويذلك يتم تحديد عدد الحصص المحددة لكل شخص حسب السعرات الحرارية المستفادة. وللحصول على طعام صحى هذاك مجموعة من التعليمات التي يجب اتباعها: تناول السلطات والخضروات، والأفضل أن يكون خضارًا طازجًا لما تحويه من فيتامينات ومعادن مفيدة للجسم، والاهتمام بالأغذية بالكالسيوم والحديد؛ وذلك لفائدتهما العالية للجسم، والإكثار من تناول البقوليات والخضر الورقية؛ وذلك لما يحويه من معادن مفيدة لبناء ونمو الجسم، وعدم الاعتماد على تناول الأطعمة الغنية بالدهون حيث إن أضرارها تكون كبيرة بالنسبة للأجهزة العضوية في جسم الإنسان، وضرورة الحد من تناول الطعام الغني بالسكريات والنشويات، والعمل على تقليلهما قدر الإمكان، بجانب الأغذية بالصوديوم والأطعمة الغنية بالأملاح والمخللات.

و عند التحدث عن الطحام الصحى يجب ذكر السوائل وأهميتها بالنسبة لجسم الإنسان، حيث إن أجسامنا تتكون من ٧٠٪ من الماء؛ أي أن السوائل والماء يقومان بمهام كثيرة لبناء أجسامنا، منها : المحافظة على درجة حرارة الجسم، واكتمال العمليات الحيوية بجسم الإنسان ومساعدة الجهاز الهضمى في عملياته ووصول المخذيات إلى الأمعاء عن طريق تنويبها؛ حيث إن الإنسان يفقد هذه السوائل والماء على مدار اليوم عن طريق البول والعرق، والتنفس وغيرها من العمليات الأخرى.

حدد - فيما يلي - الفكرة الرنيسة للفقرة الثانية:

- اتباع الإرشادات العامة للغذاء الصحي أمرٌ ضروري.
 - تناول البقوليات يفيد في بناء الجسم ونموه.
 - تنوّع الأغذية يؤدي إلى زيادة السعرات.
 - تناول الأطعمة الدهنية يضر بالجسم.

من أجل أن يحيا الإنسان في مجتمع صحى سعيد بعيدًا عن الأمراض، فعليه الاهتمام بخذائه بتناول الطعام الصحى، وهو الغذاء المليء بالفيتامينات والسعرات والعناصر الغذائية المفيدة التي تمد الجسم بما يحتاج إليه؛ لكي ينمو النمو السليم، ويساعد أجهزة الجسم في العمل بشكل متوازن، والمحافظة عليه من الأمراض وتقوية المناعة، والأخذ بعين الاعتبار أن تكون السعرات المكتسبة من الطعام توازن الطاقة المستهلكة؛ حتى ينمو الجسم بشكل صحيح. وإذا قلّت هذه السعرات عن المحدل المطلوب فسوف تؤدي إلى فقد الطاقة في الجسم مما يضعفه، وإن زادت فسوف تتراكم في أوعيتنا الدموية وفي أجسامنا؛ مما يؤدي إلى تراكم الدهون، وزيادة الوزن، ومشاكل صحية أخرى.

ولحل مشاكل الطعام قام العلماء بتقسيم الأغذية إلى سبع مجموعات رئيسة، وبذلك يتم تحديد عدد الحصص المحددة لكل شخص حسب السعرات الحرارية المستفادة. وللحصول على طعام صحى هناك مجموعة من التعليمات التي يجب اتباعها: تناول السلطات والخضروات، والأفضل أن يكون خضارًا طازجًا لما يحويه من فيتامينات ومعادن مفيدة للجسم، والاهتمام بالأغذية الغنية بالكالسيوم والحديد؛ وذلك لفائدتهما العالية للجسم، والإكثار من تناول البقوليات والخضر الورقية؛ وذلك لما تحويه من معادن مفيدة لبناء ونمو الجسم، وعدم الاعتماد على تناول الأطعمة الغنية بالدهون حيث إن أضرارها تكون كبيرة بالنسكريات والنشويات، والعمل على تقليلهما قدر الإمكان، بجانب الأغذية الصوديوم والأطعمة الغنية بالأملاح والمخللات.

وعند التحدث عن الطعام الصحى يجب ذكر السوائل وأهميتها بالنسبة لجسم الإنسان، حيث إن أجسامنا تتكون من ٧٠٪ من الماء؛ أي أن السوائل والماء يقومان بمهام كثيرة لبناء أجسامنا، منها: المحافظة على درجة حرارة الجسم، واكتمال العمليات الحيوية بجسم الإنسان ومساعدة الجهاز الهضمى في عملياته ووصول المخذيات إلى الأمعاء عن طريق تنويبها؛ حيث إن الإنسان يفقد هذه السوائل والماء على مدار اليوم عن طريق البول والعرق، والتنفس وغيرها من العمليات الأخرى.

حدد من الفقرة الثانية أي الأغذية الآتية يؤدي الإكثار منه إلى الإضرار بالجسم؟

- 🔍 البقوليات والدهون.
- السكريات والنشويات.
- الخضروات والمخلات.
 - الكالسيوم والسكريات.

من أجل أن يحيا الإنسان في مجتمع صحى سعيد بعيدًا عن الأمراض، فعليه الاهتمام بغذائه بتناول الطعام الصحى، وهو الغذاء الملىء بالفيتامينات والسعرات والعناصر الغذائية المفيدة التي تمد الجسم بما يحتاج إليه؛ لكي ينمو النمو السليم، ويساعد أجهزة الجسم في العمل بشكل عليه من الأمراض وتقوية المناعة، والأخذ بعين الاعتبار أن تكون السعرات المكتسبة من الطعام توازن الطاقة المستهلكة؛ حتى ينمو الجسم بشكل صحيح. وإذًا قلت هذه السعرات عن المحدل المطلوب فسوف تؤدي إلى فقد الطاقة في الجسم مما يضعفه، وإن زادت فسوف تتراكم في أوعيتنا الدموية وفي أجسامنا؛ مما يؤدي إلى تراكم الدهون، وزيادة الوزن، ومشاكل صحية أخرى.

ولحل مشاكل الطعام قام العلماء بتقسيم الأغذية إلى سبع مجموعات رئيسة، وبذلك يتم تحديد عدد الحصص المحددة لكل شخص حسب السعرات الحرارية المستفادة. وللحصول على طعام صحى هناك مجموعة من التعليمات التي يجب اتباعها: تناول السلطات والخضروات، والأفضل أن يكون خضارًا طازجًا لما يحويه من فيتامينات ومعادن مفيدة للجسم، والاهتمام بالأغذية الغنية بالكالسيوم والحديد؛ وذلك لفائدتهما العالية للجسم، والإكتار من تناول البقوليات والخضر الورقية؛ وذلك لما تحويه من معادن مفيدة لبناء ونمو الجسم، وعدم الاعتماد على تناول الأطعمة الغنية بالدهون حيث إن أضرارها تكون كبيرة بالنسكريات والنشويات، والعمل على تقليلهما قدر الإمكان، بجانب الأغذية الضوديوم والأطعمة الغنية بالأملاح والمخللات.

وعند التحدث عن الطعام الصحى يجب ذكر السوائل وأهميتها بالنسبة لجسم الإنسان، حيث إن أجسامنا تتكون من ٧٠٪ من الماء؛ أي أن السوائل والماء يقومان بمهام كثيرة لبناء أجسامنا، منها : المحافظة على درجة حرارة الجسم، واكتمال العمليات الحيوية بجسم الإنسان ومساعدة الجهاز الهضمي في عملياته ووصول المخذيات إلى الأمعاء عن طريق تنويبها؛ حيث إن الإنسان يفقد هذه السوائل والماء على مدار اليوم عن طريق البول والعرق، والتنفس وغيرها من العمليات الأخرى.

حدد - فيما يلي -حقيقة أوردها الكاتب في مقاله :

- زيادة السعرات تؤدي إلى حرق الدهون في الجسم.
- يقى الطعام الصحى الإنسان من الأمراض حتى الممات.
 - تَمُد البقوليات جسم الإنسان بالكالسيوم.
 - يفقد الإنسان السوائل والماء عن طريق البول والعرق.

من أجل أن يحيا الإنسان في مجتمع صحى سعيد بعيدًا عن الأمراض، فعليه الاهتمام بغذائه بتناول الطعام الصحى، وهو الغذاء الملىء بالفيتامينات والسعرات والعناصر الغذائية المفيدة التي تمد الجسم بما يحتاج إليه؛ لكي ينمو النمو السليم، ويساعد أجهزة الجسم في العمل بشكل عليه من الأمراض وتقوية المناعة، والأخذ بعين الاعتبار أن تكون السعرات المكتسبة من الطعام توازن الطاقة المستهلكة؛ حتى ينمو الجسم بشكل صحيح. وإذًا قلّت هذه السعرات عن المحدل المطلوب فسوف تؤدي إلى فقد الطاقة في الجسم مما يضعفه، وإن زادت فسوف تتراكم في أوعيتنا الدموية وفي أجسامنا؛ مما يؤدي إلى تراكم الدهون، وزيادة الوزن، ومشاكل صحية أخرى.

ولحل مشاكل الطعام قام العلماء بتقسيم الأغذية إلى سبع مجموعات رئيسة، وبذلك يتم تحديد عدد الحصص المحددة لكل شخص حسب السعرات الحرارية المستفادة. وللحصول على طعام صحى هناك مجموعة من التعليمات التي يجب اتباعها: تناول السلطات والخضروات، والأفضل أن يكون خضارًا طارجًا لما يحويه من فيتامينات ومعادن مفيدة للجسم، والاهتمام بالأغذية الخليمة والحديد؛ وذلك لفائدتهما العالية للجسم، والإكثار من تناول البقوليات والخضر الورقية؛ وذلك لما تحويه من معادن مفيدة لبناء ونمو الجسم، وعدم الاعتماد على تناول الأطعمة الغنية بالدهون حيث إن أضرارها تكون كبيرة بالنسبة للأجهزة العضوية في جسم الإنسان، وضرورة الحد من تناول الطعام الغني بالسكريات والنشويات، والعمل على تقليلهما قدر الإمكان، بجانب الأغذية الخنية بالأملاح والمخللات.

وعند التحدث عن الطعام الصحى يجب ذكر السوائل وأهميتها بالنسبة لجسم الإنسان، حيث إن أجسامنا تتكون من ٧٠٪ من الماء؛ أي أن السوائل والماء يقومان بمهام كثيرة لبناء أجسامنا، منها: المحافظة على درجة حرارة الجسم، واكتمال العمليات الحيوية بجسم الإنسان ومساعدة الجهاز الهضمي في عملياته ووصول المغذيات إلى الأمعاء عن طريق تنويبها؛ حيث إن الإنسان يفقد هذه السوائل والماء على مدار اليوم عن طريق البول والعرق، والتنفس وغيرها من العمليات الأخرى.

ما الفائدة المترتبة على تقسيم الأغذية إلى سبع مجموعات رنيسة؟

- تحدید عدد الحصص المقررة لكل شخص.
- اكتمال العمليات الحيوية في جسم الإنسان.
 - التحذير من تناول الدهون والسكريات.
 - تحديد مهام السوائل لبناء الجسم.

من أجل أن يحيا الإنسان في مجتمع صحى سعيد بعيدًا عن الأمراض، فعليه الاهتمام بغذائه بتناول الطعام الصحى، وهو الغذاء الملىء بالفيتامينات والسعرات والعناصر الغذائية المفيدة التي تمد الجسم بما يحتاج إليه؛ لكى ينمو النمو السليم، ويساعد أجهزة الجسم في العمل بشكل متوازن، والمحافظة عليه من الأمراض وتقوية المنتهلكة؛ حتى ينمو الجسم بشكل عليه من الأمراض وتقوية المنتهلكة؛ حتى ينمو الجسم بشكل صحيح. وإذًا قلّت هذه السعرات عن المحدل المطلوب فسوف تؤدي إلى فقد الطاقة في الجسم مما يضعفه، وإن زادت فسوف تتراكم في أوعيتنا الدموية وفي أجسامنا؛ مما يؤدي إلى تراكم الدهون، وزيادة الوزن، ومشاكل صحية أخرى.

ولحل مشاكل الطعام قام العلماء بتقسيم الأغذية إلى سبع مجموعات رئيسة، وبذلك يتم تحديد عدد الحصص المحددة لكل شخص حسب السعرات الحرارية المستفادة. وللحصول على طعام صحى هناك مجموعة من التعليمات التي يجب اتباعها: تناول السلطات والخضروات، والأفضل أن يكون خضارًا طازجًا لما يحويه من فيتامينات ومعادن مفيدة للجسم، والاهتمام بالأغذية الغنية بالكالسيوم والحديد؛ وذلك لفائدتهما العالية للجسم، والإكثار من تناول البقوليات والخضر الورقية؛ وذلك لما تحويه من معادن مفيدة لبناء ونمو الجسم، وعدم الاعتماد على تناول الأطعمة الغنية بالدهون حيث إن أضرارها تكون كبيرة بالنسبة للأجهزة العضوية في جسم الإنسان، وضرورة الحد من تناول الطعام الغني بالسكريات والنشويات، والعمل على تقليلهما قدر الإمكان، بجانب الأغذية الصوديوم والأطعمة الغنية بالأملاح والمخللات.

وعند التحدث عن الطعام الصحى يجب ذكر السوائل وأهميتها بالنسبة لجسم الإنسان، حيث إن أجسامنا تتكون من ٧٠٪ من الماء؛ أي أن السوائل والماء يقومان بمهام كثيرة لبناء أجسامنا، منها : المحافظة على درجة حرارة الجسم، واكتمال العمليات الحيوية بجسم الإنسان ومساعدة الجهاز الهضمي في عملياته ووصول المخذيات إلى الأمعاء عن طريق تنويبها؛ حيث إن الإنسان يفقد هذه السوائل والماء على مدار اليوم عن طريق اليول والعرق، والتنفس وغيرها من العمليات الأخرى.

ما السلوك الصحى الذي يدعو إليه الكاتب في المقال؟

- ترشيد الاستهلاك.
- تناول الطعام الصحى.
- 🔍 تناول السوائل والماء.
- المحافظة على درجة حرارة الجسم.

من أجل أن يحيا الإنسان في مجتمع صحى سعيد بعيدًا عن الأمراض، فعليه الاهتمام بغذائه بتناول الطحام الصحى، وهو الغذاء المليء بالفيتامينات والسعرات والعناصر الغذائية المفيدة التي تمد الجسم بما يحتاج إليه؛ لكي ينمو النمو السليم، ويساعد أجهزة الجسم في العمل بشكل متوازن، والمحافظة عليه من الأمراض وتقوية المناعة، والأخذ بعين الاعتبار أن تكون السعرات المكتسبة من الطحام توازن الطاقة المستهلكة؛ حتى ينمو الجسم بشكل صحيح. وإذًا قلّت هذه السعرات عن المحدل المطلوب فسوف تؤدي إلى فقد الطاقة في الجسم مما يضعفه، وإن زادت فسوف تتراكم في أوعيتنا الدموية وفي أجسامنا؛ مما يؤدي إلى تراكم الدهون، وزيادة الوزن، ومشاكل صحية أخرى.

ولحل مشاكل الطعام قام العلماء بتقسيم الأغذية إلى سبع مجموعات رئيسة، وبذلك يتم تحديد عدد الحصص المحددة لكل شخص حسب السعرات الحرارية المستفادة. وللحصول على طعام صحى هناك مجموعة من التعليمات التي يجب اتباعها: تناول السلطات والخضروات، والأفضل أن يكون خضارًا طازجًا لما يحويه من فيتامينات ومعادن مفيدة للجسم، والاهتمام بالأغذية بالكالسيوم والحديد؛ وذلك لفائدتهما العالية للجسم، والإهتمام بالأغذية بالكالسيوم والحديد؛ وذلك لفائدتهما العالية للجسم، والإهتمام بالأغذية بالكالسيوم والحديد؛ وذلك لفائدتهما الغلية بالدهون حيث إن تناول البقوليات والخضمة الغنية بالدهون حيث إن أضرارها تكون كبيرة بالنسبة للأجهزة العضوية في جسم الإنسان، وضرورة الحد من تناول الطعام الغني بالسكريات والنشويات، والعمل على تقليلهما قدر الإمكان، بجانب الأغذية الغنية بالصوديوم والأطعمة الغنية بالأملاح والمخللات.

وعند التحدث عن الطعام الصحى يجب ذكر السوائل وأهميتها بالنسبة لجسم الإنسان، حيث إن أجسامنا تتكون من ٧٠٪ من الماء؛ أي أن السوائل والماء يقومان بمهام كثيرة لبناء أجسامنا، منها: المحافظة على درجة حرارة الجسم، واكتمال العمليات الحيوية بجسم الإنسان ومساعدة الجهاز الهضمي في عملياته ووصول المخذيات إلى الأمعاء عن طريق تنويبها؛ حيث إن الإنسان يفقد هذه السوائل والماء على مدار اليوم عن طريق البول والعرق، والتنفس وغيرها من العمليات الأخرى.

ا ورد في المقال.	ودلل على دلك مم	المجتمع ورفاهيته،	الصحي وتقدم	العلاقه بين الغداء	استنتج

	=1	≣	ū	I	В
0 / 10000 حد الكلمة					

كتب نجيب محفوظ:

امتلاً البيت القديم بالحباسية بالطيور المهاجرة من الأخوة والأخوات في اليوم المتفق عليه لزيارة الوالدة، وطلبوا مني إعداد أكلة سمك من سمًاك الحباسية المشهور. ذهبت من فوري إلى المطعم وطلبت الطلب، ووجدت جميع الموائد مشغولة إلا المائدة التي تلي الباب مباشرة، فذهبت إليها وجلست على كرسي في طرفها أنتظر، وجاءت سيدة في الستين مصطحبة معها فتاة في العشرين وجلستا إلى المائدة، وجاء النادل بالأطباق والطواجن، وعلى خلاف المعهود دعتني السيدة لمشاركتها الطعام، وبخلاف المتوقع لَبُيْتُ الدعوة صامتا، وبدأت في تناول الطعام، وسرعان ما جاء النادل باللفافة المعدة للمنزل، فتناولتها وانسحبت من المائدة دون اعتذار أو شكر.

وخرجت من المطعم فرأيت – على بُعد نراع – أحد أصاقائي، وسررت برؤياه سرورًا كبيرًا. وعلى سبيل المجاملة قدمت له اللفافة، لكنه أخذها بلهفة ومضى - دون أن ينبس بكلمة - إلى باب مفتوحٌ فدخله و أغلقه وأدهشني بتصرفه، ولكني لم أجد مناصبًا من تجديد الطلب، فرجعت إلى المعطم وجددت الطلب. وكان الذاذل يحمل الحلوى إلى السيدة والفتاة، ودعتني للمشاركة فذهبت دون تردد، وهنا قالت السيدة : إنها ترغب في الذهاب إلى شارع بين السريات، ولكنها لا تدري كيف السيل إليه، فتطوعت بتوصيلها، وسار ثلاثتنا في شارع الجاسية. وتم التعارف بالشكر، وتفرع الحديث بنا واستحوذ عليًّ؛ حتى إني مررت بشارع بين السرايات دون أن أنتبه لذلك، كما نسيت الطعام الذي يجهز لي في المطعم ، ونسيت المنتظرين والمنتظرات في البيت القديم بالجياسية .

حدد فيما يلى معنى كلمة " مناصًا " في الفقرة الثانية

- خُجُهُ
- وسيلةً.
- مَلْجأً
- مَقَرًا

Question 9

كتب نجيب محفوظ:

امتلاً البيت القديم بالحباسية بالطيور المهاجرة من الأخوة والأخوات في اليوم المتفق عليه لزيارة الوالدة، وطلبوا مني إعداد أكلة سمك من سمًاك الحباسية المشهور. ذهبت من فوري إلى المطحم وطلبت الطلب، ووجدت جميع الموائد مشغولة إلا المائدة التي تلى الباب مباشرة، فذهبت إليها وجلست على كرسي في طرفها أنتظر، وجاءت سيدة في الستين مصطحبة معها فتاة في العشرين وجلستا إلى المائدة، وجاء النادل بالأطباق والطواجن، وعلى خلاف المعهود دعتني السيدة لمشاركتها الطعام، وبخلاف المتوقع لتبين الدعوة صامتا، وبدأت في تناول الطعام، وسرعان ما جاء النادل باللفافة المعدة للمنزل، فتناولتها وانسحبت من المائدة دون اعتذار أو شكر.

وخرجت من المطعم فرأيت – على بُعد نراع – أحد أصاقائي، وسررت برؤياه سرورًا كبيرًا. وعلى سبيل المجاملة قدمت له اللفافة، لكنه أخذها بلهغة ومضى - دون أن ينبس بكلمة - إلى باب مفتوحٌ فدخله و أغلقه. وأدهشني بتصرفه، ولكني لم أحد مناصنًا من تجديد الطلب، فرجعت إلى المعطم وجددت الطلب. وكان النادل يحمل الحلوى إلى السيدة والفتاة، ودعتني للمشاركة فذهبت دون تردد، وهنا قالت السيدة : إنها ترعب في الذهاب إلى شارع بين السرايات، ولكنها لا تدري كيف السبيل إليه، فنطوعت بتوصيلها، وسار ثلاثتنا في شارع الحباسية. وتم التحارف بالشكر، وتفرع الحديث بنا و استحوذ عليًّ؛ حتى إنى مررت بشارع بين السرايات دون أن أنتبه لذلك، كما نسيت الطعام الذي يجهز لي في المطعم، ونسيت المنتظرين والمنتظرات في البيت القديم بالعباسية .

حدد في الفقرة الثانية علاقة قول الكاتب " مررت بشارع بين السرايات دون أن أنتبه " بما قبله .

- ئأكيد .
- 🍳 تعليل .
- 🔍 توضيح .
 - نتيجة .

كتب نجيب محفوظ:

امتلاً البيت القديم بالحباسية بالطبور المهاجرة من الأخوة والأخوات في اليوم المتفق عليه لزيارة الوالدة، وطلبوا مني إعداد أكلة سمك من سمًاك الحباسية المشهور. ذهبت من فوري إلى المطعم وطلبت الطلب، ووجدت جميع الموائد مشغولة إلا المائدة التي تلي الباب مباشرة، فذهبت إليها وجلست على كرسي في طرفها أنتظر، وجاءت سيدة في الستين مصطحبة معها فتاة في العشرين وجلستا إلى المائدة، وجاء النادل بالأطباق والطواجن، وعلى خلاف المعهود دعتني السيدة لمشاركتها الطعام، وبخلاف المتوقع لَبُيْتُ الدعوة صامتا، وبدأت في تناول الطعام، وسرعان ما جاء النادل باللفافة المعدة للمنزل، فتناولتها وانسحبت من المائدة دون اعتذار أو شكر.

وخرجت من المطحم فرأيت – على بُعد نراع – أحد أصاقائي، وسررت برؤياه سرورًا كبيرًا. وعلى سبيل المجاملة قدمت له اللفافة، لكنه أخذها بلهفة ومضى - دون أن ينبس بكلمة - إلى باب مفتوع فدخله و أغلقه. وأدهشني بتصرفه، ولكني لم أجد مناصبًا من تجديد الطلب، فرجعت إلى المعطم وجددت الطلب. وكان النادل يحمل الحلوى إلى السيدة والفتاة، ودعتني للمشاركة فذهبت دون تردد، وهنا قالت السيدة : إنها ترغب في الذهاب إلى شارع بين السرايات، ولكنها لا تدري كيف السبيل إليه، فنطوعت بتوصيلها، وسار ثلاثتنا في شارع الجاسية. وتم التعارف بالشكر، وتفرع الحديث بنا و استحوذ عليًّ؛ حتى إني مررت بشارع بين السرايات دون أن أنتبه لذلك، كما نسيت الطعام الذي يجهز لي في المطعم، ونسيت المنتظرين والمنتظرات في البيب القديم بالحباسية .

حدد - مما يلى - عنوانًا يعبر عن مضمون القصة .

- مساعدة الغير
 - 🍳 لقاء عابر .
- دعوة إلى الطعام .
- الطيور المهاجرة .

Question 11

كتب نجيب محفوظ:

امتلاً البيت القديم بالحباسية بالطيور المهاجرة من الأخوة والأخوات في اليوم المتفق عليه لزيارة الوالدة، وطلبوا مني إعداد أكلة سمك من سمًاك الحباسية المشهور. ذهبت من فوري إلى المطعم وطلبت الطلب، ووجدت جميع الموائد مشغولة إلا المائدة التي تلى الباب مباشرة، فذهبت إليها وجلست على كرسي في طرفها أنتظر، وجاءت سيدة في الستين مصطحبة معها فتاة في العشرين وجلستا إلى المائدة، وجاء النادل بالأطباق والطواجن، وعلى خلاف المعهود دعتني السيدة لمشاركتها الطعام، وبخلاف المتوقع لَبُيْتُ الدعوة صامتا، وبدأت في تناول الطعام، وسرعان ما جاء النادل باللفافة المعدة للمنزل، فتناولتها وانسحبت من المائدة دون اعتذار أو شكر.

وخرجت من المطعم فرأبت – على بُعد نراع – أحد أصاقائي، وسررت برؤياه سرورًا كبيرًا. وعلى سبيل المجاملة قدمت له اللفافة، لكنه أخذها بلهغة ومضى - دون أن ينبس بكلمة - إلى باب مفتوح فدخله و أعلقه. وأدهسني بتصرفه، ولكني لم أجد مناصبًا من تجديد الطلب، فرجعت إلى المعطم وجددت الطلب. وكان النادل يحمل الحلوى إلى السيدة والفتاة، ودعتني للمشاركة فذهبت دون تردد، وهنا قالت السيدة : إنها ترغب في الذهاب إلى شارع بين السرايات، ولكنها لا تدري كيف السبيل إليه، فنطوعت بتوصيلها، وسار ثلاثتنا في شارع الحباسية. وتم التحارف بالشكر، وتفرع الحديث بنا و استحوذ عليّ؛ حتى إنى مررت بشارع بين السرايات دون أن أنتبه لذلك، كما نسبت الطعام الذي يجهز لي في المطعم، ونسبت المنتظرين والمنتظرات في البيت القديم بالحباسية.

حدد - مما يلي - سبب نسيان الكاتب للطلب الثاني .

- انشغاله بئناول الحلوى .
- 🦳 تفكيره في التأخر عن الأسرة .
 - تفكيره في حال صديقه .
- انشغاله بالحديث مع السيدتين .

كتب نجيب محفوظ:

امتلاً البيت القديم بالحباسية بالطيور المهاجرة من الأخوة والأخوات في اليوم المتفق عليه لزيارة الوالدة، وطلبوا مني إعداد أكلة سمك من سمًاك الحباسية المشهور. ذهبت من فوري إلى المطعم وطلبت الطلب، ووجدت جميع الموائد مشغولة إلا المائدة التي تلي الباب مباشرة، فذهبت إليها وجلست على كرسي في طرفها أنتظر، وجاءت سيدة في الستين مصطحبة معها فئاة في العشرين وجلستا إلى المائدة، وجاء النادل بالأطباق والطواجن، وعلى خلاف المعهود دعتني السيدة لمشاركتها الطعام، وبخلاف المتوقع لبُيِّتُ الدعوة صامتاً، وبدأت في تناول الطعام، وسرعان ما جاء النادل باللقافة المعدة للمنزل، فتناولتها وانسحبت من المائدة دون اعتذار أو شكر.

وخرجت من المطعم فرأبت – على بُعد نراع – أحد أصاقائي، وسررت برؤياه سرورًا كبيرًا. وعلى سبيل المجاملة قدمت له اللفافة، لكنه أخذها بلهفة ومضى - دون أن بنيس بكلمة - إلى باب مفتوح فدخله و أعلقه. وأدهشني بتصرفه، ولكني لم أجد مناصنًا من تجديد الطلب، فرجعت إلى المعطم وجددت الطلب. وكان النادل يحمل الحلوى إلى السيدة والفتاة، ودعتني للمشاركة فذهبت دون تردد، وهنا قالت السيدة : إنها ترغب في الذهاب إلى شارع بين المسرايات، ولكنها لا تدري كيف السيل إليه، فنطوعت بتوصيلها، وسار ثلاثتنا في شارع الحباسية. وتم التعارف بالشكر، وتفرع الحديث بنا و استحوذ عليًّ؛ حتى إني مررت بشارع بين السرايات دون أن أنتبه لذلك، كما نسيت الطعام الذي يجهز لي في المطعم ، ونسيت المنتظرين والمنتظرات في البيت القديم بالحباسية .

ما دلالة قول الكاتب " الطيور المهاجرة " في الفقرة الأولى ؟

- هجرة العائلة .
- استقلال أفراد الأسرة .
 - فُرْقِة أفراد الأسرة .
 - تشتت الأسرة .

Question 13

كتب نجيب محفوظ:

امتلاً البيت القديم بالحباسية بالطيور المهاجرة من الأخرة والأخوات في اليوم المتفق عليه لزيارة الوالدة، وطلبوا مني إعداد أكلة سمك من سمًاك الحباسية المشهور. ذهبت من فوري إلى المطعم وطلبت الطلب، ووجدت جميع الموائد مشغولة إلا المائدة التي تلي الباب مباشرة، فذهبت إليها وجلست على كرسي في طرفها أنتظر، وجاءت سيدة في السئين مصطحبة معها فتاة في العشرين وجلستا إلى المائدة، وجاء النادل بالأطباق والطواجن، وعلى خلاف المعهود دعتني السيدة لمشاركتها الطعام، وبخلاف المتوقع لَبُئِتُ الدعوة صامتا، وبدأت في تناول الطعام، وسرعان ما جاء النادل باللفافة المحدة للمنزل، فتناولتها وانسحبت من المائدة دون اعتذار أو شكر.

وخرجت من المطعم فرأيت – على بُعد ذراع – أحد أصاقائي، وسررت برؤياه سرورًا كبيرًا. وعلى سبيل المجاملة قدمت له اللفافة، لكنه أخذها بلهفة ومضى - دون أن ينبس بكلمة - إلى باب مفتوحٌ فدخله و أغلقه. وأدهشني بتصرفه، ولكني لم أجد مناصلًا من تجديد الطلب، فرجحت إلى المعطم وجددت الطلب. وكان الذاذل يحمل الحلوى إلى السيدة والفتاة، ودعتني للمشاركة فذهبت دون تريد، وهنا قالت السيدة : إنها ترغب في الذهاب إلى شارع بين السيرايات، ولكنها لا تدري كيف السييل إليه، فنطوعت بتوصيلها، وسار ثلاثتنا في شارع الحباسية. وتم التحارف بالشكر، وتفرع الحديث بنا و استحوذ عليًّ؛ حتى إلى مررت بشارع بين السرايات دون أن أنتبه لذلك، كما نسيت الطعام الذي يجهز لي في المطعم ، ونسيت المنتظرين والمنتظرات في البيت القديم بالحباسية.

استنتج التصرف اللانق الذي كان يتوقعه بطل القصة في قوله:" ومضى دون أن ينبس بكلمة "

واستخرج من الفقرة الأولى موقفاً آخر غفل فيه الكاتب عن التصرف اللانق.

	=1	≣	Ū	I	В
0 / 10000 حد الكلمة					

قال أبو فراس في سيف الدولة:

فَمَا كُلُّ مَنْ شَاءَ المَحَالِي يَنَالُهَا ولا كُلُّ سَيَّالٍ إِلَى المَجْدِ يَهْتَدِي

وإنَّكَ لَلْمُولَى الَّذِي لِكَ أَقْتَدِي وإنَّكَ لَلنَّجُمُ الَّذِي لِكَ أَهْتَدِي

وأَنْتَ الَّذِي عَرُّ فَتَنِي طُرُقَ العُلا وأَنْتَ الَّذِي أَهْدَيْتَنِي كُلُّ مَفْصِد

فَيَا مُلْسِي النُّعْمَى الَّتِي جَلُّ قَدْرُهَا لَقَد أَخْلَقَتُ تِلْكَ النَّبِابُ فَجَدِّد

حدد - فيما يلى - معنى كلمة " الْمَوْلَى" في البيت الثاني .

- السُيِّد.
- القائد.
- الحليف.
- النصير.

Question 15

قال أبو فراس في سيف الدولة:

فَمَا كُلُّ مَنْ شَاءَ المَحَالِي يَثَالُهَا

وإنُّكَ لَلْمَولَى الَّذَى بِكَ أَقْتَدِي

وأَنْتَ الَّذِي عَرَّفْتَنِي طُرُقَ العُلا وأَنْتَ الَّذِي أَهْدَيْتَنِي كُلُّ مَقْصِد

ولا كُلُّ سَيُّالٍ إِلَى المَجْدِ يَهْتَدِي

وإنُّكَ لَلنَّجْمُ الَّذِي بِكَ أَهْتَدِي

فَيَا مُلْسِبِي النُّعْمَى الَّتِي جَلُّ قَدْرُهَا لَقَد أَخْلَقَتُ يَلُّكُ النَّبِابُ فَجَدِّد

استنتج - فيما يلي - الفكرة الرئيسية في الأبيات.

- سيف الدولة قدوة لأبي فراس.
- أبو فراس يستعطف سيف الدولة.
- أبو فراس يتخنى بفضل سيف الدولة.
 - سيف الدولة نموذج للوالى العادل.

قال أبو فراس في سيف الدولة:

فَمَا كُلُّ مَنْ شَاءَ المَعَالِي يَنَالُهَا

وإنُّكُ لَلْمَولَى الَّذِي لِكَ أَقْتَدِي

وأَنْتَ الَّذِي عَرَّفْتَنِي طُرُقَ العُلا وأَنْتَ الَّذِي أَهْدَيْتَنِي كُلُّ مَفْصِدِ

لْقَد أَخْلَقَتْ تِلْكَ النِّيابُ فَجَدِّد فَيَا مُلْيِسِي النُّعْمَى الَّتِي جَلُّ قَدْرُ هَا

ميز - فيما يلي - الصورة البيانية في قول الشاعر " يا مُلْسِبي النُّعْمَى" في البيت الأخير.

ولا كُلُّ سَيُّالٍ إلَى المَجْدِ يَهْتَدِي

وإنُّكَ لَلنُّجْمُ الَّذِي بِكَ أَهْتَدِي

- استعارة مكنية.
- استعارة تصريحية.
 - تشبیه بلیغ.
 - تشبیه مجمل.

Question 17

قال أبو فراس في سيف الدولة:

فَمَا كُلُّ مَنْ شَاءَ الْمَعَالِي يَتَالُّهَا ولا كُلُّ سَيُّارٍ إِلَى الْمَجْدِ يَهْتَدِي

وإنَّكَ لَلْمُولَى الَّذِي بِكَ أَقْتَدِي وإنَّكَ لَلنَّجُمُ الَّذِي بِكَ أَهْتَدِي

وأَنْتَ الَّذِي أَهْدَائِتَنِي كُلُّ مَقْصِدِ وأَنْتَ الَّذِي عَرَّفْتَنِي طُرُقَ العُلا

فَيَا مُلْسِي النُّعْمَى الَّتِي جَلُّ قَدْرُهَا لَقَد أَخُلُقَتُ ثِلَكَ الثِّيابُ فَجَرِّدٍ

استثتج - من البيت الأخير - ما يطلبه أبو فراس من سيف الدولة،واستخرج منه ما يدل على تحوّل العلاقة بينهما.

0 / 10000 حد الكلمة

يقول المنظوطي عن البلّم المنظوطي عن البلّم المحفوظ فيستوي فيه صاحبُه مع الكتاب المرفوع(1)، ولا فرق بين أنْ صمعَ من الحافظ كلمةً، أو تقرأ في الكتاب صفحةً، فإنْ أشكان عليه شيءً ما صمعً، فانظر إنْ تطبق الكتاب بشرح كلماته. إن الموقوع الذاكرة فقرّ مُشتركً بين الذكي والغبي، وإنك لترى الشيخ الفاتي الذي لا يعيلُ بين الطغولة والهزيم، يَسُردُ للله من تورايخ حياته ما لو دونته لكان تاريخًا صحفًا معلوفًا بالغرافي، وقيلٌ لأحد العلماء: إنَّ فلالًا حفظ مئن البخاري، فقال: لقد زائثٌ نسخةً في البلدا، ذلك هو السرُّ في كثرة المتعلمين وقلة العالمين."

(1) معنى المرفوم: المكتوب

ما " معنى كلمة " مثن " في الفقرة الذائية؟

حديث.

تفسيلر.

و أصل.

Question 19

يقول المنفلوطي عن الجلُّم

"الجُلُمُ عِلْمان: عِلْمٌ محفوظٌ وعِلْمٌ مفهومٌ، أما الجلمُ المحفوظُ فيستوي فيه صاحبُه مع الكتاب المرفوج(1)، ولا فرقَ بين أنْ تسمحَ من الحافظِ كلمةً، أو تقرأ في الكتاب صفحةً؛ فإنْ أشكَلُ عليكِ شيءٌ مما تسمحُ، فانظرُ إنْ تَطقَ الكتابُ بشرح كلماته نطقَ الحافظُ بغسير كلماته.

إنَّ الجَفْظَ مَلْكَةٌ مستقلةٌ بنفسها عن بقِبَّةِ المَلْكات، وقوةُ الذاكرةِ قَدُّرٌ مُشترَكُ بين الذكي والخبي، وإنك لترى الشيخ الفاني الذي لا يميزُ بينَ الطفولةِ والهَرْم، يَسْرُدُ لللهُ من تورايخ حياته ما لو دونقهٔ لكان تاريخًا ضخمًا مملوغًا بالخرائب؛ وقيلَ لأحد الحلماء: إنَّ فلانًا حفط متن البخاري، فقال: لقد زائثُ نسخةً في البلد!، ذلك هو السرُّ في كثرة المتحلمين وقلة الحالمين."

(1) معنى المرقوم: المكتوب

استنتج - من الفقرة الثانية - أيُّ الأساليب التالية أكْتَرَ الكاتب استخدامه لتوضيح فكرته.

- 0 التضاد.
- 🍳 القصىر.
- الإنشاء.
- الترادف.

يقول المنفلوطي عن الجلم

"الجلُّم عِلْمان: عِلْمٌ محفوظٌ وعِلْمٌ مفهومٌ، أما الجلمُ المحفوظُ فيستوي فيه صاحبُه مع الكتاب المرفوج(1)، ولا فرقَ بين أنْ تسمعَ من الحافظِ كلمةً، أو تقرأ في الكتاب صفحةً؛ فإنْ أشْكُلَ عليك شيءٌ مما تسمعُ، فانظرُ إنْ تطق الكتابُ بشرح كلماته تطق الحافظُ بنفسير كلماته.

إنَّ الجِفْظَ مَلْكَةٌ مستقلةٌ بنفسها عن بقِيَّةِ المَلْكاتِ، وقوةُ الذاكرةِ قَثَرٌ مُشترَكٌ بين الذكي والخبي، وإنك لترى الشيخ الفائي الذي لا يميزُ بينَ الطغولةِ والهَرَم، يَسُردُ للكَ من تورايخ حياته ما لو دونتهُ لكان تاريخًا صنحةًا مملوعًا بالغرائب؛ وقيلَ لأحدِ العلماء: إنَّ فلانًا حفط متنَ البخاري، فقالَ: لقد زادَتُ نسخةً في البلدِ، ذلك هو السرُّ في كثرة المتعلمين وقلة العالمين."

(1) معنى المرقوم: المكتوب

ميز الصورة البيانية في قول الكاتب " نسخةٌ" - في الفقرة الأولى.

- استعارة مكنية.
- استعارة تصريحية.
 - مجاز مرسل.
 - تشبیه بلیغ.

Question 21

يقول المنفلوطي عن الجلُّم

"العِلْمُ عِلْمان: عِلْمٌ محفوظٌ وعِلْمٌ مفهومُ، أما العِلمُ المحفوظُ فيستوي فيه صاحبُه مع الكتابِ المرقومِ(1)، ولا فرقَ بين أنْ تسمعَ من الحافظِ كلمةً، أو تقرأ في الكتاب صفحةً؛ فإنْ أشكّلَ عليك شيءٌ مما تسمعُ، فانظرُ إنْ تَطقَ الكتابُ بشرح كلماته تطقَ الحافظُ بتفسير كلماته.

إنَّ الجِفْظَ مَلْكَةً مستقلةٌ بنفسها عن بقرَّةِ المَلَكات، وقوةُ الذاكرةِ قَثْرٌ مُشترَكٌ بين الذكي والخبي، وإنك لترى الشيخ الفاني الذي لا يميزُ بينَ الطفولةِ والهزَم، يَسُردُ لكَ من تورايخ حياته ما لو دونتهُ لكان تاريخًا ضخمًا مملوءًا بالغرائب؛ وقيلَ لأحدِ العلماء: إنَّ فلانًا حفط متن البخاري، فقال: لقد زائثُ نسخةٌ في البلوا، ذلك هو السرُّ في كثرة المتعلمين وقلة العالمين."

(1) معنى المرقوم: المكتوب

استنتج المغزى من قول الكاتب: " كثرة المتعلمين وقلة العالمين"، ودلل على ذلك من النص.

	فسيّر ازدهار النثر في عصر الدويلات.			
	=1	≣ ⊻	I	В
0 / 10000 حد الكلمة				

Question 23

Question 24



قال الشاعر أحمد رامي :

مُشرقٌ كَالصَّبُّتِي مع الصُّبِحِ غَادِ

في إهَابِ (١)من الشَّبابِ النَّادِي
وَعْلَى وَجُهِدِ ابْتَمَا المَّهُ بِشُ لِ بَعْنَهُا بَتَ النَّهُ فِي الفَّاوِدِي
فَرَحَ الأُجْالُ يُوْمَ الشَّرَقَ فَيِهِم كُوكَبُّ لاَحَ في سَمَاءِ الوَادِي

(١) معنى إهاب : مظهر ومنظر.

استغرج - من الأبيات - كناية عن صفة النشاط، وبين سر جمالها.

B

1000 حد الكامة

Question 26

🍳 ارتقى.

🔾 متى.

قال الشاعِرْ
لا يَكُتُمُ السَرَّ إِلَّا كُلُّ ذِي شَرَفِ والسَرِّ عِنْدَ كِرَامِ النَّاسِ مَكُتُومُ

ميز - فيما يلي - نوع أسلوب الاستثناء في البيت السابق .

ناقص مثبت.

ناقص مثبت.

ناقص منفى.

Question 28

مَثَى ارْتَقَى العَالِمُ بِخُلُوهِ مِنَمَا إِلَى ذُرَا المجْدِ .

مِنْ - فيما يلي - الاسم المقصور في العبارة السابقة .

ميز - فيما يلي - الاسم المقصور في العبارة السابقة .

ا أَضِنَاءَ الْحُبُّ قُلُوبَ النَّاسِ سِوَى الْحاقدينِ".

يز - فيما يلي - الإعراب الصحيح لما فوق الخط في الجملة السابقة .

- مضاف إليه مجرور.
 - 🔍 بدل مجرور.
 - مسئٹنی منصوب.
 - 🔾 نعت مجرور.

Question 30

" هَذَا الكَاتِب هُوَ الأرقَى نَوْقًا - بَيْنَ نُظَرَائِهِ - في اختيار ألفاظه وعباراته " صُغْ جمع المذكر السالم لكلمة (الأرقَى) في الجملة السابقة.

- الأرْقُون.
- الأرْقَئِن.
- 🔾 الْأَرْقَوْن.
- 🍳 الْأَرْفِين.

تَحْرِصُ عَلَى مُسَاعِدة الْأُم الْكُثِرِي مِنْ بناتها .

أعرب كلمة "الْكُبْرى" - في الجملة السابقة.

- مفعول به منصوب وعلامة نصبه الفتحة المقدرة.
 - فاعل مرفوع وعلامة رفعه الضمة المقدرة.
 - نحت مجرور وعلامة جره الكسرة المقدرة.
- مضاف إليه مجرور وعلامة جره الكسرة المقدرة.

Question 32

مَتَى تَكُن السَّاعي إلَى الإصلَّاح تُصلَّح الْأَسْمَى مَثْزِلَة.

ميز - فيما يلي - التغييرات التي تحدث في الجملة السابقة إذا خُوطب بها المثنى.

- متى تكونان الساعِئِين إلى الإصلاح تُصبحان الأسْمَوَيْن منزلة.
 - متى تكونا الساعِيَان إلى الإصلاح تُصبحا الأسْمَوَان منزلة.
 - متى تكونا الساعِئِين إلى الإصلاح تُصبحا الأسْمَئِين منزلة.
 - متى تكونا الساعِنان إلى الإصلاح تُصبحا الأسمئنان منزلة.

Question 33

"يُتادي علماء البحار بالتوقف عن صيد الحيتان باعتباره الحل الوحيد لمنع انقراضها".

عبر عن معنى الجملة السابقة بأسلوب الاستثناء.

- لا يدافع عن الحيتان إلا العلماء.
- رأى العلماء أنه لولا الصيد ما انقرضت الحيتان.
- لم يجد العلماء حلاً لحماية الحيتان إلا منع صيدها.
 - لولا العلماء لانقرضت الحيتان.



Question 35

