

يَحْتَاجُ الْإِنْسَانُ إِلَى غِذَاءٍ جَيِّدٍ يَحْفَظُ صِحَّتَهُ ، لِذَلِكَ يَجِبُ عَلَيْنَا أَنْ نَتَنَاوَلَ طَعَامًا صِحِّيًّا وَمُفِيدًا ، وَنُحَافِظَ عَلَى نِظَافَتِنَا . فَالْعَقْلُ السَّلِيمُ فِي الْجِسْمِ السَّلِيمِ .

الغذاء المفيد

الرياضة

1- لَوْنُ عُنْوَانًا مُنَاسِبًا لِلنَّصِ :

• الغداء
• الجسد

• الجسم
• الطعام

2- اِرْبِطْ كُلَّ كَلِمَةٍ بِمُرَادِفُهَا :

3- اسْتَخْرِجْ مِنَ النَّصِ ضِدَّ الْكَلِمَةِ التَّالِيَةِ : مُضِرًّا ≠

4- اِبْحَثْ فِي النَّصِ عَنْ كَلِمَاتٍ فِيهَا :

ي	ال شَمْسِيَّة	ال قَمَرِيَّة	تَنْوِينٌ بِالْفَتْحِ	حَرْفٌ مُشَدَّدٌ
.....				

5- ضَعِ الْكَلِمَاتِ التَّالِيَةِ (لِمَاذَا ، لَا ، قَبْلَ ، مَا) فِي الْمَكَانِ الْمُنَاسِبِ :

- أَقُولُ بِسْمِ اللَّهِ الْأَكْلِ .

- أَلَذَّ هَذَا الطَّعَامُ !

- تُكَثِّرُ مِنَ الْحَلَوِيَّاتِ .

- ذَهَبْتُ إِلَى الطَّبِيبِ؟

6- رَتِّبِ الْكَلِمَاتِ الْآتِيَةَ لِتُكَوِّنَ جُمْلَةً مُفِيدَةً ثُمَّ اكْتُبْهَا بِخَطِّ جَمِيلٍ :

السَّلِيمُ ، يَحْتَاجُ ، مُتَوَازِنًا ، الْجِسْمُ ، غِذَاءً .