الدَّرْسُ الأَوَّلِ : السِّياحَةِ

استمع لهذا الصوت ثم أكمل الجمل الفارغة!

أُريدُ أَنْ أُحَدِّثَكُم اليَومَ عَنِ ..... السِّياحَةُ هِيَ زِيَارَةُ الأَمَاكِنِ ..... فِي بِلَادِنَا أَوْ فِي دُوَلٍ أُخْرَى لِاِكْتِشَافِ ثَقَافَاتٍ جَدِيدَةٍ وَ ..... بِالطَّبِيعَةِ. أُحِبُّ زِيَارَةَ .....، لِأَنَّنِي أَسْتَمْتِعُ بِرُؤْيَةِ البَحْرِ وَالشَّمْسِ. فِي .....، نَذْهَبُ إِلَى ..... السَّاحِلِيَّةِ حَيْثُ نَجِدُ ..... الذَّهَبِيَّ وَالمَاءَ النَّقِيَّ. هُنالِكَ يُمْكِنُنِي السِّبَاحَةَ، أَوِ ..... بِالرَّمْلِ، أَوْ حَتَّى رُكُوبَ القَوَارِبِ. إِنَّهَا تَجْرِبَةٌ رَائِعَةٌ! أَيْضًا، أُحِبُّ زِيَارَةَ ..... فِي الْجِبَالِ، الجَوُّ بَارِدٌ وَالمَنَاظِرُ الطَّبِيعِيَّةُ مُذْهِلَةٌ. هُنالِكَ ..... أَنْ أَتَسَلَّقَ الْجِبَالَ أَوْ ..... فِي الطَّبِيعَةِ وَسَطَ الأَشْجَارِ الخَضْرَاءَ وَ ..... النَّقِيِّ. أَسْتَطِيعُ أَنْ أَرَى الطَّيْورَ وَ ..... المُخْتَلِفَةِ.

LIVEWORKSHEETS

المفردات

saya ingin : أريد	laut : البَحْرِ
berwisata : السياحة	matahari : الشَّمْسِ
berkunjung : زيارة	musim panas : الصَّيْفِ
negara kita : بلادنا	pesisir : السَّاحِلِيَّةِ
budaya : ثقافات	pasir : الرَّمْلَ
baru : جديدة	jernih : النَّقِيَّ
menikmati :الِاسْتِمْتَاعِ	berenang : السِّبَاحَةَ
keindahan alam : الطَّبِيعَةِ	perahu : القَوَارِبِ
saya suka : أُحِبُّ	gunung : الْجِبَالِ
pantai : الشَّوَاطِئِ	udara : الجَوُّ

LIVEWORKSHEETS

التدريبات

تطابق ذلك!

صورة الجبال

صورة الشاطئ

صورة الشجرة

صورة السماء

LIVEWORKSHEETS

التدريبات

١ ما الذي يحبه الكاتب في الشواطئ؟

أ) السباحة في الماء البارد
ب) رؤية البحر والشمس
ج) التنزه في الجبال

٢ ماذا يمكن للكاتب أن يفعل في الجبال؟

أ) السباحة في البحر
ب) تسلق الجبال أو التمشية وسط الطبيعة
ج) ركوب القوارب

٣ ما الذي يعجب الكاتب في الجبال؟

أ) الجو البارد والمناظر الطبيعية
ب) البحر والرمال
ج) اللعب بالرمل

LIVEWORKSHEETS

الدرس الثاني: الصحة

استمع لهذا الصوت ثم أكمل الجمل الفارغة!

اليَوْمَ سَأَتَحَدَّثُ عَنْ ..... وَأَهَمِّيَّتِهَا فِي حَيَاتِنا. الصِّحَّةُ هِيَ أَغْلَى مَا يَمْلِكُهُ ..... إِذَا كَانَتْ الصِّحَّةُ جَيِّدَةً، يَسْتَطِيعُ الشَّخْصُ أَنْ يَحْقِّقَ أَحْلَامَهُ وَيَعِيشَ حَيَاةً ..... لَكِنْ إِذَا فَقَدْنَا صِحَّتَنَا، فَسَتَصْعُبُ عَلَيْنَا حَيَاةٌ مُلْئَةٌ بِالْأَمْرَاضِ. أَحَدُ ..... الَّتِي تَسَاعِدُ فِي حِفْظِ الصِّحَّةِ هِيَ ..... بِوَجْهِ جَيِّدٍ وَمُتَسَابِقٍ. فَالنَّوْمُ الكَافِي يُحَسِّنُ مَنْاعَتَنَا وَيُقَوِّي ..... لِيَتَحَمَّلَ ضُغُوطَ الحَيَاةِ. كَمَا أَنَّ التَّغْذِيَةَ ..... تَلْعَبُ دَوْرًا كَبِيرًا فِي الحِفَاظِ عَلَى الصِّحَّةِ. يَجِبُ ..... أَنْ نَأْكُلَ أَطْعِمَةً غَنِيَّةً بِالْفِيتَامِينَاتِ وَالمَعَادِنِ وَنَتَجَنَّبَ ..... السَّارِعَةَ وَالْدُّهُونَ.

LIVEWORKSHEETS

المفردات

KESEHATAN : الصِّحَّةِ	POLA MAKAN :التَّغْذِيَةَ
BERHARGA : أَغْلَى	MENJAGA :الحِفَاظِ
LEBIH PENTING : أَهَمِّ	WAJIB :يَجِبُ
YANG DIMILIKI : يَمْلِكُ	MAKAN :نَأْكُلَ
MANUSIA : الإِنسَانُ	MAKANAN :أَطْعِمَةً
SESEORANG : الشَّخْصُ	VITAMIN :الْفِيتَامِينَاتِ
IMPIAN : أَحْلَامَ	MINERAL :المَعَادِنِ
PENYAKIT :الْأَمْرَاضِ	MENGHINDARI :نَتَجَنَّبَ
MEMBANTU :تَسَاعِدُ	CEPAT SAJI :السَّارِعَةَ
TERAKHIR :مُتَسَابِقٍ	BERLEMAK :الْدُّهُونَ

LIVEWORKSHEETS

التدريبات

تطابق ذلك!

الأَطْعِمَةَ غَنِيَّةً بِالْفِيتَامِينَاتِ وَالمَعَادِنِ

الأَطْعِمَةَ السَّارِعَةَ

الأنشطة التي يمكن أن تحافظ على صحتنا

LIVEWORKSHEETS

التدريبات

١ . ما هو أهم شيء يملكه الإنسان وفقًا للنص؟

- ☐ المال
- ☐ الصحة
- ☐ العلم

٢. ما هي إحدى العوامل التي تساعد في الحفاظ على الصحة؟

- ☐ النوم الجيد
- ☐ العمل المستمر
- ☐ القراءة الكثيرة

٣. ماذا يجب أن نأكل للحفاظ على صحتنا؟

- ☐ أطعمة غنية بالفيتامينات والمعادن
- ☐ أطعمة سريعة ودهنية
- ☐ أطعمة تحتوي على السكر بكثرة

LIVEWORKSHEETS