

Lembar Kerja Peserta Didik

E-LKPD

Bahasa Arab Kelas XII

s

Nama: _____

Kelas: _____

الرِّيَاضَةُ



تُعَدُّ الرِّيَاضَةُ عَامِلًا أَساسِيًّا فِي حَيَاةِ الطُّلَّابِ، فَهِيَ لَا تُسَاعِدُ فَقَطْ عَلَى تَقْوِيَةِ الْجِسْمِ وَتَحْسِينِ التَّرْكِيزِ، بَلْ تُسَاهِمُ أَيْضًا فِي تَنْشِيطِ الدَّهْنِ وَتَخْفِيفِ التَّوَتُّرِ الَّذِي يَنْتُجُ عَنْ ضُغُوطِ الدِّرَاسَةِ. وَيُفَضَّلُ كَثِيرٌ مِنَ الشَّبَابِ مُمارَسَةَ كُرَةِ الْقَدَمِ، وَالسَّبَّاحَةِ

وَتَدْرِيبَاتِ اللَّيَاقَةِ لِمَا فِيهَا مِنْ فَوَائِدَ جَسَدِيَّةٍ وَنَفْسِيَّةٍ، فَهِيَ تُقَوِّي الْقَلْبَ وَالْعَضَلَاتِ وَتَرْفَعُ الثِّقَةَ بِالنَّفْسِ. كَمَا تُعَلِّمُ الرِّيَاضَةُ قِيَمًا مُهِمَّةً مِثْلَ التَّعَاوُنِ، وَالْإِنْضِبَاطِ، وَالصَّبْرِ، الَّتِي يَحْتَاجُهَا الطُّلَّابُ فِي حَيَاتِهِمُ اليَوْمِيَّةِ، وَمَنْ يُرِدُ حَيَاةً نَشِيطَةً وَمُنْتِجَةً فَلْيَجْعَلِ الرِّيَاضَةَ جُزْءًا مِنْ رُوتِينِهِ اليَوْمِيِّ.

أَجِبِ الْأَسْئَلَةَ التَّالِيَةَ بِدِقَّةٍ.

1. مَا الْفَوَائِدُ الرَّئِيسِيَّةُ لِلرِّيَاضَةِ حَسَبَ النَّصِّ؟

2. لِمَاذَا يُفَضَّلُ الشَّبَابُ مُمارَسَةَ بَعْضِ الرِّيَاضَاتِ كَكُرَةِ الْقَدَمِ وَالسَّبَّاحَةِ؟

3. كَيْفَ تُسَاعِدُ الرِّيَاضَةُ الطُّلَّابَ فِي دِرَاسَتِهِمْ؟

4. مَا الْعِلَاقَةُ بَيْنَ الرِّيَاضَةِ وَالصَّحَّةِ النَّفْسِيَّةِ؟

خُذْ وَضَعْ

ضَعْ الْكَلِمَةَ الْمُنَاسِبَةَ تَحْتَ الصُّورَةِ.



رِيَاضَةُ الدَّرَاجَةِ



الْجَرِيُّ



السَّبَاحَةُ



كُرَةُ الْقَدَمِ

الاستماع

اِسْتَمِعْ ثُمَّ اكْمِلِ النَّصَّ الْمُنْقُوصَ
بِالْكَلِمَاتِ الْمُنَاسِبَةِ.



يُعَدُّ _____ قُوَّةً أَسَاسِيَّةً فِي بِنَاءِ _____ ، فَهُمْ يَمْلِكُونَ
الطَّاقَةَ وَالْحَمَاسَ لِلتَّغْيِيرِ. وَيُوجَدُ فِي كُلِّ _____ أَفْرَادٌ ذَوُو
شَخَصِيَّاتٍ مُخْتَلِفَةٍ؛ فَمِنْهُمْ مَنْ يَكُونُ _____ وَيَنْظُرُ إِلَى
الْحَيَاةِ بِأَمَلٍ كَبِيرٍ، وَمِنْهُمْ مَنْ يَتَصَرَّفُ بِكَسَلٍ وَيَبْدُو _____
فِي مَعْظَمِ الْوَقْتِ.

وَقَدْ تُحْدِثُ كَلِمَةٌ طَيِّبَةٌ أَوْ _____ صَادِقَةٌ _____ عَظِيمًا
فِي النَّاسِ، فَتُغَيِّرُ مَشَاعِرَهُمْ وَتَجْعَلُهُمْ أَقْرَبَ لِلتَّغْيِيرِ. وَلِهَذَا
يَجِبُ عَلَى الشَّبَابِ أَنْ يُكْثِرُوا مِنْ _____ فِي خُطُواتِهِمْ،
وَأَنْ يَكُونُوا _____ فِي اخْتِيَارِ طَرِيقِهِمْ نَحْوَ الْمُسْتَقْبَلِ

صحيح أو خطأ

اختر (ص) لكلمة صحيح أو (خ) لكلمة خطأ وفقاً
للقراءة، ثم صحح الجملة إذا كانت خطأ.

ص-خ

1. الرِّيَاضَةُ تُحَسِّنُ الصَّحَّةَ النَّفْسِيَّةَ.

ص-خ

2. يُفَضِّلُ الطُّلَّابُ لَعِبَ كُرَةِ الْقَدَمِ فِي النَّصِّ.

ص-خ

3. الرِّكْضُ وَالسَّبَاحَةُ يُسَاعِدَانِ عَلَى الْمُحَافَظَةِ عَلَى
لِيَاقَةِ الْجِسْمِ.

ص-خ

4. نَصَحَ الْأَطِبَّاءُ بِمُمَارَسَةِ الرِّيَاضَةِ ثَلَاثَ مَرَّاتٍ فِي
الْأُسْبُوعِ.

ص-خ

5. نَصَحَ الْأَطِبَّاءُ بِمُمَارَسَةِ الرِّيَاضَةِ ثَلَاثَ مَرَّاتٍ فِي
الْأُسْبُوعِ.

مُطَابَقَة

أُجْمَعُ بَيْنَ الْكَلِمَاتِ وَمَعَانِيهَا تَجْمِيعًا صَحِيحًا.

أَمَلٌ

الشَّبَابُ

شَبَابٌ

مُتَفَائِلٌ

كَسَلٌ

كَسْلَانٌ

إِجَابِيٌّ

التَّفَكِيرُ
الإِجَابِيُّ