



الإمارات العربية المتحدة
وزارة التربية والتعليم

Grade

8

SN:10W20W0W251C1168716X89024D201909221000GJ

SN:10W20W0W251C1168716X89024D201909221000GJ

الاختبار التشخيصي للعام الدراسي 2019-2020

مادة اللغة العربية

مَهارةُ القِراءةِ

SN:10W20W0W251C1168716X89024D201909221000GJ

SN:10W20W0W251C1168716X89024D201909221000GJ

School		المدرسة
Student No.		رقم الطالب
Student Name		اسم الطالب
		الشعبة
<hr/> 20		الدرجة النهائية

SN:10W20W0W251C1168716X89024D201909221000GJ

SN:10W20W0W251C1168716X89024D201909221000GJ

الاختبار التشخيصي - مادة اللغة العربية - مهارة القراءة - الصف الثامن - 2020 / 2019

أولاً: النَّصُّ السَّرْدِيُّ:

اقرأ النَّصَّ السَّرْدِيَّ الآتِيَّ بِعُنْوَانٍ: " **الْوَصِيَّةُ الْأَخِيرَةُ** " بِتَمَعْنٍ، ثُمَّ أَجِبْ عَنِ الْأَسْئَلَةِ الَّتِي تَلِيهِ:

SN:10W20W0W251C1168716X89024D201909221000GJ

SN:10W20W0W251C1168716X89024D201909221000GJ

(1) ترك العمُّ الثَّريُّ ثروةً هائلةً لأُسْرَتِهِ بَعْدَ أَنْ أودَعَهَا فِي حِسَابِ التَّوْفِيرِ بِأَحَدِ بَنُوهِ الدَّنِمَارِكِ، واجْتَمَعَ أَفْرَادُ الأُسْرَةِ حَوْلَ مُحَامِي العَمِّ بَعْدَ أَيَّامٍ مِنْ رَحِيلِهِ؛ لِيَسْتَمِعُوا إِلَى الوَصِيَّةِ وَهُوَ يَقْرؤها عَلَهِمْ. لَقَدْ كَانَ العَمُّ كَرِيمًا وَعَادِلًا؛ فَقَدْ أَوْصَى أَنْ تُوزَعَ ثَرْوَتُهُ عَلَى جَمِيعِ أَقْرَابِهِ بِالتَّسَاوِي...! وَلَكِنَّ شَيْئًا وَاحِدًا فَاتَهُ أَنْ يَذْكُرَهُ فِي الوَصِيَّةِ، وَهُوَ المَكَانُ الَّذِي وَضَعَ فِيهِ دَفْتَرَ التَّوْفِيرِ!

(2) وبدأتِ عَمَلِيَّةُ البَحْثِ عَنِ الدَّفْتَرِ الغَائِبِ سَرِيعًا؛ فَالبَنُوكُ لَنْ يَسْتَطِيعَ صَرْفَ هَذَا المَبْلَغِ الكَبِيرِ الَّذِي تَرَكَهُ العَمُّ لَهُمْ قَبْلَ مُضِيِّ عِدَّةِ شُهُورٍ، تَبَيَّنَا مِنْ أَنَّهُ لَمْ يَقَعْ فِي يَدِ أَحَدٍ مِنْ غَيْرِ وِوَرَثَةِ العَمِّ الرَّاحِلِ. وَالْوَرَثَةُ يَتَعَجَّلُونَ تَوْزِيعَ الثَّرْوَةِ؛ حَتَّى يَتِمَّكَنُوا مِنَ الوَفَاءِ بِالتَّزَامَاتِهِم المُتْرَاكِمَةَ!

(3) وَأخِيرًا خَطَرَلَهُمْ أَنْ يَسْأَلُوا مُدَبِّرَةَ البَيْتِ. وَكَانَتِ المَفْاجَأَةُ عِنْدَمَا قَالَتْ لَهُمْ فِي هُدُوءٍ: "لَقَدْ كَانَ يَحْمِلُهُ دَائِمًا فِي جَيْبٍ سَرِيٍّ بِبَدَلَتِهِ الرِّزْقَاءِ الأَنِيقَةِ الَّتِي كَانَ يَرْتَدِيهَا فِي المُنَاسَبَاتِ! وَصَرَخَ الوَرَثَةُ: "إِنَّهَا البَدَلَةُ نَفْسُهَا الَّتِي كَانَ يَرْتَدِيهَا العَمُّ عِنْدَمَا وَارُوا جُثْمَانَهُ التُّرَابَ!"

SN:10W20W0W251C1168716X89024D201909221000GJ

SN:10W20W0W251C1168716X89024D201909221000GJ

(4) وَأَسْرَعُوا إِلَى المُنْبَرَةِ، وَأَخْرَجُوا الجُثْمَانَ، وَعَثَرُوا عَلَى دَفْتَرِ التَّوْفِيرِ، وَلَكِنَّهُمْ وَجَدُوا مَعَهُ رِسَالَةً قَصِيرَةً كَتَبَهَا بِخَطِّ يَدِهِ يَقُولُ فِيهَا: "إِذَا عَثَرْتُمْ عَلَى هَذَا الدَّفْتَرِ، فَمَعْنَى ذَلِكَ أَنَّكُمْ قُضْتُمْ بِتَنْفِيذِ آخِرِ رَغْبَةٍ لِي فِي الحَيَاةِ، وَهِيَ أَلَّا تَحْرِقُوا جُثْمَانِي بَعْدَ مَوْتِي، كَمَا كُنْتُمْ تَفْعَلُونَ دَائِمًا مَعَ الأَقْرَابِ الَّذِينَ رَحَلُوا مِنْ قَبْلِي!"

فِيهِم النَّصُّ السَّرْدِيُّ

10

• اخْتَرِ الإِجَابَةَ الصَّحِيحَةَ لِكُلِّ سْؤَالٍ فِيمَا يَأْتِي:

1. ما الحدثُ الأوَّلُ مِنَ الأَحْدَاثِ الآتِيَةِ حَسَبَ وِرْوَدِهِ فِي النَّصِّ؟

أ. عَدَمُ مَعْرِفَةِ مَكَانِ دَفْتَرِ التَّوْفِيرِ.

ب. العُثُورُ عَلَى دَفْتَرِ التَّوْفِيرِ.

ت. وِفَاةُ العَمِّ الثَّريِّ.

ث. اكْتِشَافُ سَبَبِ اخْتِفَاءِ دَفْتَرِ التَّوْفِيرِ.

SN:10W20W0W251C1168716X89024D201909221000GJ

SN:10W20W0W251C1168716X89024D201909221000GJ

الاختبار التشخيصي – مادة اللغة العربية – مهارة القراءة – الصف الثامن – 2020 / 2019

2. ما الحدث الذي يُشكّل ذروة التآزم (العقدة) في النصّ؟

أ. سؤال مُدبّرة البيت عن مكان دفن التوفير.

SN:10W20W0W251C1168716X89024D201909221000GJ

ب. رفض البنك صرف المال للورثة.

ت. اكتشاف سرّ اختفاء دفن التوفير.

ث. وجود رسالة قصيرة مع دفن التوفير.

3. أين وضع العمّ دفن التوفير قبل موته؟

أ. في جيب سريّ بجلبابه الأزرق.

ب. في جيب سريّ بقميصه الأبيض.

ت. في جيب سريّ ببدلته الزرقاء.

ث. في تابوته الفاخر.

4. ما معنى كلمة يتعجلون؟

أ. يُسرّعون

ب. يُبطؤون

SN:10W20W0W251C1168716X89024D201909221000GJ

ت. يُؤجرون

ث. يتمهلون

5. ما الوظيفة النحويّة لكلمة (ثروته) في عبارة: (أوصى أن تُوزع ثروته على جميع أقاربه

بالتساوي)

أ. نائب فاعل

ب. فاعل

ت. مفعول به

ث. مفعول له

6. ما المغزى من القصة؟

أ. البحث عن حقّ الورثة في الإرث.

ب. أهميّة وصيّة الميت.

SN:10W20W0W251C1168716X89024D201909221000GJ

ت. عدّم نسيان العمّ بعد وفاته.

ث. نبذ الطمّع والتحلّي بالصبر.

الاختبار التشخيصي – مادة اللغة العربية – مهارة القراءة – الصف الثامن – 2020 / 2019

7. بم اتَّصَفَ تَصَرَّفُ أُسْرَةَ الْعَمِّ بَعْدَ رَحِيلِهِ؟

SN:10W20W0W251C1168716X89024D201909221000GJ

SN:10W20W0W251C1168716X89024D201909221000GJ

ب. بِسُرْعَةِ الْحُكْمِ.

ت. بَعْدَمِ الْمُبَالَاةِ

ث. بِالذِّكَاةِ وَالتَّرْيُوثِ

8. ما الصِّفَاتُ الْبَارِزَةُ لِشَخْصِيَّةِ الْعَمِّ؟

أ. ثَرِيٌّ – عَادِلٌ – كَرِيمٌ – ذَكِيٌّ

ب. أَنَانِيٌّ – مُتَسَلِّطٌ – ثَرِيٌّ – ظَالِمٌ

ت. ثَرِيٌّ – بَخِيلٌ – ظَالِمٌ – مَحْبُوبٌ

ث. ثَرِيٌّ – بَخِيلٌ – ذَكِيٌّ – حَرِيصٌ

9. لِمَاذَا تَعَجَّلَ الْوَرَثَةُ فِي تَوْزِيعِ الثَّرْوَةِ؟

أ. حَتَّى لَا يَقَعَ دَفْتَرُ التَّوْفِيرِ فِي أَيْدِ غَرِيبَةٍ.

SN:10W20W0W251C1168716X89024D201909221000GJ

SN:10W20W0W251C1168716X89024D201909221000GJ

ت. حَتَّى يَتَمَكَّنُوا مِنْ الْوَفَاءِ بِالتَّزَامَاتِهِمِ الْمُتْرَاكِمَةِ.

ث. حَتَّى لَا يَظْهَرَ وَرَثَةٌ آخَرُونَ يُشَارِكُونَهُمُ الْإِرْثَ.

10. لِمَاذَا لَمْ يَذْكُرِ الْعَمُّ لِلْوَرَثَةِ الْمَكَانَ الَّذِي وَضَعَ فِيهِ دَفْتَرَ التَّوْفِيرِ؟

أ. لِتَتَأَكَّدَ أَنَّ الْوَرَثَةَ سَيَنْفِذُونَ وَصِيَّتَهُ.

ب. لِأَنَّهُ نَسِيَ أَنَّ يُخْبِرَهُمْ قَبْلَ وَفَاتِهِ.

ت. لِأَنَّهُ كَرِهَ أَنْ يَرِثُوهُ بَعْدَ وَفَاتِهِ.

ث. لِأَنَّهُ طَلَبَ إِلَى مَدِيرَةِ الْبَيْتِ أَنْ تُخْبِرَهُمْ.

SN:10W20W0W251C1168716X89024D201909221000GJ

SN:10W20W0W251C1168716X89024D201909221000GJ

ثانياً: النصّ المعلوماتي

SN:10W20W0W251C1168716X89024D201909221000GJ

SN:10W20W0W251C1168716X89024D201909221000GJ

• اقرأ النصّ المعلوماتي بعنوان: "غذاء القرن العشرين" ثمّ أجب عن الأسئلة التي تليه:

(1) اتّسمَ غذاءُ القرنِ العشرينَ بأنه غذاءٌ غيرٌ صحيّ؛ حيثُ أثبتتِ الدِّراساتُ أنّ الأمراضَ النَّاجمةَ عَنِ اختلالِ توازنِ الغذاءِ في ذلكَ القرنِ كانتْ في مُقدِّمةِ الأسبابِ المؤدِّيةِ إلى الموتِ، وأتى مَرَضُ شرايينِ القلبِ النَّاجيةِ في طليعةِ تلكَ الأمراضِ، فما الذي جعلَهُ غذاءً تتفاقمُ أضرارُهُ على صِحَّتينا؟

(2) تُشيرُ الدِّراساتُ العِلْمِيَّةُ الحَدِيثَةُ إلى وجودِ علاقةٍ أكيدةٍ بَيْنَ الإفراطِ في تناولِ المِلْحِ وارتفاعِ ضَغْطِ الدَّمِ، وهُنَاكَ عَدَدٌ مِنَ الأطْعِمَةِ الدُّهْنِيَّةِ الَّتِي يَخْتَبِي المِلْحُ وراءَها، كالموالجِ وشرائحِ البَطاطا والمعلباتِ.

(3) مِنْ جِهَةٍ أُخْرَى، فَهُوَ غذاءٌ غَنِيٌّ بِالدهونِ الحيوانِيَّةِ المُشْبَعَةِ، وَلَا شَكَّ أَنَّ الإفراطَ في تناولِها يَزِيدُ مِنْ حُدُوثِ مَرَضِ شرايينِ القلبِ النَّاجِيَّةِ، وَيُسَبِّبُ البدانةَ، وَيَزْفَعُ كوليسترولِ الدَّمِ الَّذِي يُعَدُّ سَبَبًا مُهِمًّا لِلإصابةِ بِجَلْطَةِ القلبِ، وَأَسَدَادِ الشَّرايينِ النَّاجِيَّةِ.

SN:10W20W0W251C1168716X89024D201909221000GJ

SN:10W20W0W251C1168716X89024D201909221000GJ

(4) وَأَبْسَطُ طَرِيقَةٍ لِلإفلالِ مِنَ المِلْحِ هِيَ تَجَنُّبُ إِضافَتِهِ إلى طاوِلَةِ الطَّعامِ، وَالإفلالُ مِنْهُ أَثْناءَ الطَّهيِ، عِلْمًا بأنَّ مِلْحَ الطَّعامِ ما هُوَ إِلا (كلوريد الصُّوديوم)، فيجبُ أَنْ نَتناولَ غذاءً غَنِيًّا بِالفواكِهَةِ وَالخَضراواتِ الطَّازِجَةِ وَأَنْ نَزوِّدَ أَجسامَنا بِالفيتاميناتِ والمعادِنِ الَّتِي تَحْتَاجُ إِلِها دائِمًا، وَقايَةً مِنَ الأمراضِ الَّتِي يُسبِّبُها ارتفاعُ نِسبَةِ الصُّوديومِ في الطَّعامِ كارتفاعِ ضَغْطِ الدَّمِ الَّذِي يُنْبِئُ بِحُدُوثِ جَلْطَاتِ في القلبِ والمِخِّ، وأمراضِ القلبِ والأوعِيَةِ الدَّمَوِيَّةِ، وَهشاشَةِ العِظامِ، وأمراضِ الكُلَى، واحْتِباسِ السَّوائِلِ، وَجفافِ الجِسمِ. كما أَنَّ الإِكثارَ مِنْ شُرْبِ المِياهِ المَعْدِنِيَّةِ يُساهِمُ في الإِفلالِ مِنْ نِسبَةِ صوديومِ مِلْحِ الطَّعامِ، فالماءُ يَحْتَلُّ نَحوَ 75% مِنْ جِسمِ الإنسانِ و85% مِنْ الدَّمِ، و75% مِنْ عَقْلِ الإنسانِ، و70% مِنْ العَضلاتِ، فَكُلُّ خَلِيَّةٍ مِنْ خَلايا جِسمِ الإنسانِ تَحْتَاجُ إلى مِقدارٍ مِنَ المِياهِ، يَجِبُ أَلّا يَقِلَّ عَنْهُ.

(5) وَيَجِبُ على الإنسانِ أَنْ يَخْتارَ نواعِيَةَ غذاءٍ مُنضَبِطَةٍ، فَيَتَجَنَّبُ الأطْعِمَةَ الجاهِزَةَ الَّتِي تَمْتَلِئُ بِالموادِّ الحافِظَةِ والنَكهاتِ والألوانِ الاصطناعِيَّةِ، وَهذهِ مَوادُّ تَضُرُّ كُلَّها بِأَجْزِةِ الجِسمِ المُخْتَلِفَةِ، كما أَنَّ على الإنسانِ أَنْ يَأْكُلَ في كُلِّ يَومٍ قَدْرًا كافِيًّا مِنَ الفاكِهَةِ وَالخَضراواتِ الطَّازِجَةِ، وَمُنْتِجاتِ الألبانِ والبَيْضِ والحُبُوبِ الكامِلَةِ، مِثْل: القَمَحِ والذَّرَّةِ والشَّعيرِ، مَزوِّدًا جِسمَهُ بِما يَحْتَاجُ إِلِها مِنَ الفِيتاميناتِ وَالْموادِّ الحَيَوِيَّةِ الأُخْرَى.

SN:10W20W0W251C1168716X89024D201909221000GJ

الاختبار التشخيصي – مادة اللغة العربية – مهارة القراءة – الصف الثامن – 2020 / 2019

(6) إِنَّ أَهَمِّيَّةَ اخْتِيَارِ الْغِذَاءِ الصَّحِيِّ الْمُنَاسِبِ الْغِنِيِّ بِالْفَيْتَامِينَاتِ وَالْمَعَادِنِ يُقَوِّي جِهَازَ الْمَنَاعَةِ، وَهُوَ نِظَامٌ مُعَقَّدٌ يَتَكَوَّنُ مِنْ أَعْضَاءٍ وَأَنْسِجَةٍ وَخَلَايَا تُمَيِّزُ وَتُدَمِّرُ الْأَجْسَامَ الْغَرِيبَةَ الَّتِي تُهَاجِمُ الْجِسْمَ، مِثْلَ: الْفَيروسَاتِ وَالْبِكْتِيرِيَا وَالخَلَايَا السَّرَطَانِيَّةِ، وَإِنَّ سُوءَ التَّغْذِيَّةِ يُعَدُّ عَامِلًا رَئِيسًا لِضَعْفِ جِهَازِ الْمَنَاعَةِ لَدَى الْإِنْسَانِ فَتَقْوِيَةُ الْمَنَاعَةِ أَمْرٌ مُهِمٌّ جَدًّا؛ لَيْسَ لِلْوَقَايَةِ مِنَ الْمَرَضِ فَحَسْبُ، بَلْ أَيْضًا لِنَجَاحِ الْعِلَاجِ وَالشِّفَاءِ مِنَ الْمَرَضِ بِوَقْتٍ أَسْرَعَ، وَلِكَيْ تَضْمَنَ جِهَازًا مَنَاعِيًّا قَوِيًّا يَجِبُ أَنْ تَدْعَمَهُ بِنِظَامٍ غِذَائِيٍّ صَحِيٍّ وَمُمَارَسَةِ الرِّيَاضَةِ بِصُورَةٍ مُنْتَظِمَةٍ.

وَتُعَدُّ مُمَارَسَةُ التَّمْرِينَاتِ الرِّيَاضِيَّةِ مِنَ الْعَوَامِلِ الْأَسَاسِيَّةِ لِتَحْسِينِ صِحَّةِ الْأَفْرَادِ، وَكَتِسَابِ اللَّيَاقَةِ الْبَدَنِيَّةِ، وَالْوَقَايَةِ مِنَ بَعْضِ الْأَمْرَاضِ، وَتَخْتَلِفُ الْفَائِدَةُ الْمَكْتَسَبَةُ مِنْهَا بِاخْتِلَافِ الْمُمَارَسَةِ وَمُدَّتِهَا، وَعَدَدِ مَرَاتِبِهَا فِي الْأُسْبُوعِ، كَمَا أَنَّ التَّغْذِيَّةَ السَّلِيمَةَ، وَمُمَارَسَةَ النِّشَاطِ الرِّيَاضِيِّ وَجِهَانِ لِعَمَلَةٍ وَاحِدَةٍ وَهِيَ الصِّحَّةُ.

10

فِيمُ النَّصِّ الْمَعْلُومَاتِي

SN:10W20W0W251C1168716X89024D201909221000GJ

اخْتَرِ الْإِجَابَةَ الصَّحِيحَةَ لِكُلِّ سُؤَالٍ مِمَّا يَأْتِي: 9221000GJ

11. ما العَلاقةُ بَيْنَ الْفِئْرَةِ الْأُولَى وَالْفِئْرَتَيْنِ الثَّانِيَةِ وَالثَّالِثَةِ؟

أ. تقديم أدلة داعمة.

ب. ذكر نتائج

ت. عقد مقارنات

ث. عرض إحصاءات

12. ما الوظيفة النَّحْوِيَّةُ لِمَا تَحْتَهُ خَطٌّ فِي الْعِبَارَةِ: (أَنْ نُزَوِّدَ أَجْسَامَنَا بِالْفَيْتَامِينَاتِ وَالْمَعَادِنِ الَّتِي تَحْتَاجُ إِلَيْهَا دَائِمًا، وَقَايَةً مِنَ الْأَمْرَاضِ).

أ. فاعل / مفعول به

ب. مفعول به / نعت

ت. مفعول به / مفعول له

ث. مفعول له / نعت

SN:10W20W0W251C1168716X89024D201909221000GJ

SN:10W20W0W251C1168716X89024D201909221000GJ

الاختبار التشخيصي – مادة اللغة العربية – مهارة القراءة – الصف الثامن – 2019 / 2020

13. ما الذي نستنتجُه عن الدُهونِ المُشَبَّعةِ في الفِقرةِ الثَّالثةِ؟

أ. أنَّ المائدةَ لا تَكتَمَلُ دونَ وجودِ الأطعمَةِ الجاهِزةِ المليئةِ بالدُهونِ.

SN:10W20W0W251C1168716X89024D201909221000GJ

SN:10W20W0W251C1168716X89024D201909221000GJ

ب. أنَّ الدُهونَ لها عَلاقةٌ مُباشرةٌ بِمَرَضِ انسدادِ شرايينِ القلبِ التَّاجِيَّةِ.

ت. أنَّ تجاوزَ الحدِّ في تناولِ الدُهونِ لَهُ عَلاقةٌ مُباشرةٌ بِالإصابةِ بِأمراضٍ عِدَّةٍ.

ث. أنَّ الإقلالَ مِنْ تناولِ الدُهونِ لَهُ عَلاقةٌ غيرُ مُباشرةٍ بِالإصابةِ بِالكوليسترولِ.

14. ما العبارةُ الَّتِي تُبيِّنُ أبسطَ الطَّرائقِ لإقلالِ المِلحِ في الفِقرةِ الرَّابعةِ؟

أ. تَجَنُّبُ تناولِ الأطعمَةِ الجاهِزةِ لِكَثْرَةِ المِوالِحِ فيها.

ب. تَجَنُّبُ إضافةِ المِلحِ أثناءَ تناولِ الطَّعامِ وَالطَّهْيِ.

ت. تناولُ غِذاءٍ صِغِيٍّ مِنْ الفِواكِهِ الطَّازِجَةِ.

ث. العَمَلُ في بيئَةٍ حارَّةٍ لِفُقدانِ المِلحِ مِنَ الجِسمِ أثناءَ التَّعرُّقِ.

15. ما أَهمُّ ما يُسبِبُهُ ارتفاعُ عُنُصُرِ الصَّوديومِ في الجِسمِ؟

أ. ارتفاعُ ضغطِ الدَّمِ

SN:10W20W0W251C1168716X89024D201909221000GJ

SN:10W20W0W251C1168716X89024D201909221000GJ

ت. ارتفاعِ الكوليسترولِ

ث. انسدادِ الشَّرايينِ

16. ما النِّسبَةُ المئويَّةُ الَّتِي يَحْتَلُّها المِاءُ مِنْ عَقْلِ الإنسانِ؟

أ. 75%

ب. 72%

ت. 85%

ث. 70%

SN:10W20W0W251C1168716X89024D201909221000GJ

SN:10W20W0W251C1168716X89024D201909221000GJ

الاختبار التشخيصي – مادة اللغة العربية – مهارة القراءة – الصف الثامن – 2020 / 2019

17. ما الموادُ الضارةُ التي تُضربُ بأجهزةِ جسمِ الإنسانِ الحيويَّةِ في الفقرةِ الخامسةِ؟

أ. الموادُ الكيميائيَّةُ

SN:10W20W0W251C1168716X89024D201909221000GJ

ب. الموادُ الحافظةُ والتَّكْهَاتُ والألوانُ الاصطناعيَّةُ

ت. الموادُ الحيويَّةُ الأخرى

ث. المعادنُ السَّامةُ

18. ما العواملُ التي تضمَّنُ جهازًا مناعيًا قويًّا في جسمِ الإنسانِ؟

أ. الإكثارُ مِنَ الطَّعامِ، واللُّجوءُ إلى الرَّاحةِ والنَّومِ.

ب. الالتزامُ بنظامٍ غذائيٍّ صحيٍّ، وممارسةُ الرِّياضةِ بانتظامٍ.

ت. تناولُ الأطعمةِ اللذيذةِ المليئةِ بالسُّكَّرِياتِ والدهونِ.

ث. تناولُ الأطعمةِ غاليةِ الثَّمَنِ.

19. ما معنى كَلِمَةِ (تتفاقم) في عبارة "فما الذي جعلهُ غِذاءً تتفاقمُ أضرارهُ على صحتنا"؟

أ. تتساوى

SN:10W20W0W251C1168716X89024D201909221000GJ

ب. تتماثلُ

ت. تتراقبُ

ث. تتعاظمُ

20. ما الذي يُحقِّقُ الصِّحَّةَ البدنيَّةَ مِنْ خِلالِ النَّصِّ؟

أ. التَّغْذِيَّةُ، ومُمارَسَةُ الرِّياضةِ، والأكلُ بَيْنَ الوَجَبَاتِ.

ب. النَّومُ والرَّاحةُ، العِلاقاتُ الاجتماعيَّةُ، ومُمارَسَةُ الرِّياضةِ.

ت. التَّغْذِيَّةُ السَّليمةُ، ومُمارَسَةُ الرِّياضةِ، وشُرْبُ المِياهِ المَعْدِنيَّةِ.

ث. العَمَلُ المُستَمِرُّ، والتَّقليلُ مِنَ المِلْحِ، وكثْرَةُ النَّومِ.

SN:10W20W0W251C1168716X89024D201909221000GJ

SN:10W20W0W251C1168716X89024D201909221000GJ

أنهت الأسئلة