

# نصائح طبيب

أن يلقي الطالب النص إلقاء صحيحا معبرا عن المعنى.

يستخرج الطالب الفكرة العام -2

أن يستخلص الطالب الأفكار الجزئية -3

أن يوظف الطالب المفردات والتراكيب الجديدة-4  
توظيفاً صحيحاً

أن يستخرج الطالب النصائح الطبية الواردة -5  
في النص

أن يتعرف الطالب على الأساليب التي اعتمدها-6  
الشاعر في تقديم نصائحه ( الأمر والنهي )



# نصائح طبيب



أحمد الفارسي

طبيبٌ وشاعرٌ عمانيٌّ  
معاصرٌ، نشأ في نيابة  
طيوي التابعة لولاية  
صور، له ثلاثة دواوين  
شعرية مطبوعة: (القلب  
إذا هوى، تريق الحياة).

## نصائح طبيب

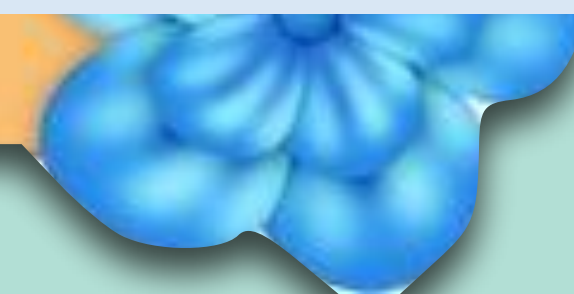


أحمد الفارسي

طبيب وشاعر صماني  
معاصر، نشأ في نيابة  
طيوي التابعة لولاية  
صور، له ثلاثة دواوين  
شعرية مطبوعة: (القلب  
إذا هوى، ترياق الحياة).

- ١ - إذا ما شئت أن تحيا سليما
- ٢ - فخذ بعض النصائح من طبيب
- ٣ - إذا ما كنت ذا جسم سليم
- ٤ - فراقب صحة البدن المعافى
- ٥ - ممارسة الرياضة كل يوم
- ٦ - ووزنك ليس يفرط في ازدياد
- ٧ - طعامك والشراب هما غذاء
- ٨ - وزر مع كل عارضة طبيب
- ٩ - أخي نم باكرا (تهنأ) قريبا
- ١٠ - رزقت أخي عافية وخيرا

- وتمضي درب عمرك مستقيما
- بتطبيب الوري أضحي فهيما
- ستؤتي هكذا عقلا سليما
- ولا تتركه مغللا سقيما
- تعد أخي إنجازا عظيما
- وأبق الجسم ممشوقا وسيما
- فكن عند اختيارهما عليما
- لديه ستأخذ النصح الحكيم
- فكم قد طبب النوم الجسوما
- وعشت بصحة عيشا نعيما



## أَتَعَرَّفُ النَّصَّ



• أَتَصَفِّحُ النَّصَّ، ثُمَّ أَمْلَأُ الْبَطَاقَةَ الْآتِيَةَ:

### بَطَاقَةٌ

١ عُنْوَانُ النَّصِّ:

٢ كَاتِبُ النَّصِّ:

٣ نَوْعُ النَّصِّ:

ج خَاطِرَةٌ

ب قِصَّةٌ قَصِيرَةٌ

أ قِصِيدَةٌ

(أَخْتَارُ الْإِجَابَةَ الصَّحِيحَةَ)

## الفكرة الأولى : النصيحة من خبير

### نصائح طبيب

- ١ - إذا ما شئت أن تحيا سليما  
وتَمْضي دربَ عمرِكَ مُستقيما  
٢ - فخذْ بعضَ النصائحِ منْ طبيبٍ  
بتطبيبِ الْوَرَى أَضحى فَهيمَا

### شرح الأبيات :

- 1- يخاطب الشاعر الإنسان إذا أراد أن يعيش سليماً في صحته ويسعد بعمره .
- 2- لا بد أن يأخذ بعض النصائح من طبيب يفهم في علاج البشر .

الجماليات :  
البيت الأول : أسلوب شرط لتوضيح أهمية الحفاظ على سلامة الجسم .  
البيت الثاني : خذ : أسلوب أمر للنصح والإرشاد .  
أضحى فهيماً : تعبير يدل على كثرة علم الطبيب .  
الورى : جمع للكثرة

## الفكرة الثانية : العقل السليم في الجسم السليم .

سَتُوتِي هَكَذَا عَقْلًا سَلِيمًا

وَلَا تَتْرِكُهُ مُعْتَلًّا سَقِيمًا

٣ - إِذَا مَا كُنْتَ ذَا جِسْمٍ سَلِيمٍ

٤ - فَرِاقِبْ صَحَّةَ الْبَدَنِ الْمُعَافَى

الجماليات :

- البيت الثالث : ستؤتي هكذا عقلاً : نتيجة لما قبلها .
- البيت الرابع : راقب : أسلوب أمر للنصح والإرشاد .
- لا تتركه : أسلوب نهى للتحذير والنصح .
- معتلاً - سقيماً : مترادف يوضح المعنى .

شرح الأبيات :

- 3- الإنسان إذا صح جسده صح أيضاً عقله .
- 4- لا بد أن يراعي الإنسان بدنه ولا يتركه متعباً وبه إعياء .

## ١-العقل السليم في الجسم السليم

### اللُّغويات:

- ١ - إذا ما شئت أن تحيا سليما وتُمضي دربَ عمرِكَ مُستقيما  
٢- فخذْ بعضَ النصائحِ منْ طبيبٍ بتطبيبِ الوريّ أضحى فهما  
٣ - إذا ما كنتَ ذا جسمٍ سليمٍ ستؤتني هكذا عقلاً سليماً

شئت: أردت (المضاد) أبيت تحيا: تعيش سليماً: معافى صحيحاً (المضاد) معتلاً-مريضاً  
تُمضي: تقضي درب: طريق (الجمع) دروب مُستقيماً: معتدلاً النصائح: الإرشادات (المفرد) النصيحة  
تطبيب: معالجة الوري: الناس / الخلق فهما: مُدركاً ذا: صاحب (جمعها) ذوي جسم (الجمع) جسوم -أجسام  
الشرح: ١- يقول الشاعر: إذا أردت أن تعيش معافى، و تقضي عمرَكَ صحيحاً.

٢- اتبع إرشادات طبيب أصبح خبيراً بمعالجة الناس. ٣- فالعقل السليم في الجسم السليم.

### الجماليات:

- البيت الأول: أسلوب شرط ، و البيت الثاني نتيجة له  
- "خذ بعض النصائح": أسلوب أمر للنصح و الإرشاد، و فيه تشبيه للنصائح بشيء مادي يُؤخذ.  
- البيت الثالث: (حكمة) و هو أسلوب شرط ، و الشطر الثاني نتيجة للشطر الأول.

أ/ أحمد كساب

- ٤ - فراقِبْ صِحَّةَ البدَنِ الْمُعافَى وَلَا تَتْرِكْهُ مُعْتَلًّا سَقِيمًا  
٥ - مُمارِسةُ الرِّياضَةِ كُلُّ يَوْمٍ تُعَدُّ أَخْيَّ إِنْجَازًا عَظِيمًا  
٦ - وَوزنُكَ لَيْسَ يَفْرُطُ فِي ازديادٍ وَأَبْقِ الجِسْمَ مَمْشُوقًا وَسِيمًا  
٧ - طَعَامُكَ وَالشَّرَابُ هُمَا غِذاءٌ فَكُنْ عِنْدَ اخْتِيَارِهِمَا عَلِيمًا  
٨ - وَزَرٌ مَعَ كُلِّ عَارِضَةٍ طَبِيبًا لَدَيْهِ سَتَأْخُذُ النَّصِيحَ الحَكِيمًا  
٩ - أَخِي نَمَّ بَاكِراً (تَهْنَأُ) قَرِيرًا فَكَمْ قَدْ طَبَّبَ النُّومُ الجُسُومًا

## اللُّغَوِيَّاتُ:

راقب: لاحظ-تابع	البدن: الجسم (الجمع) أبدان	المعافى: السليم (المضاد) المريض
معتلا سقيما: مريضا (المضاد) صحيحا	ممارسة: مزاولة	تعد: تعتبر
عظيما (المضاد) حقيرا	يفرط: يجاوز الحد	إنجازا: أداء
ممشوقا: رشيقا-حسن القوام	بدينا-سمينا	ازدياد (المضاد) تناقص -نقصان
عليما: عارفا (المضاد) جاھلا	عارضه: حالة طارئة (مرض)	سيميا: جميلا (المضاد) قبيحا
تهنأ: تسعد (المضاد) تحزن-تشقى	قريرا: سعيدا	باكرا: في الساعات الأولى من الليل
	طبيب: عالج	

أ/ أحمد كساب

## ٢- نهائج غالية

### الشرح:

٤- و تابع صحة جسدك ، و لا تتركه مريضاً.

٥- إن الحرص على ممارسة الرياضة يومياً يعتبر شيئاً عظيماً.

٦- فالرياضة تحافظ على وزن جسمك ، و تجعله رشيقاً جميلاً.

٧- احرص على اختيار الطعام و الشراب المفيد لجسمك.

٨- و إذا أصابك مرض ، فعليك أن تلجأ للطبيب ؛ لتأخذ العلاج المناسب

٩- إن من أسباب السعادة و الراحة للجسم هو النوم مبكراً.

**الجماليات:** - "راقب صحة البدن": أسلوب أمر للنصح و الإرشاد.

- "لا تتركه": أسلوب نهى للنصح و الإرشاد.

- "معتلاً - سقيماً": بينهما ترادف يؤكد المعنى.

- تصغير كلمة "أخي": للتدليل و الحب.

- "أبق الجسم - فكن - وزر - نم باكراً": أساليب أمر للنصح و الإرشاد. - "أخي نم باكراً تهناً": علاقة (تهناً) بما قبلها نتيجة.

- "فكم قد طبب النوم الجسوم": كم هنا خبرية تفيد الكثرة، وفيه تشبيه للنوم بالطبيب الذي يعالج الجسم. / أحمد كساب

٤ - فراقب صحة البدن المعافى

٥ - ممارسة الرياضة كل يوم

٦ - ووزنك ليس يفرط في ازدياد

٧ - طعامك والشراب هما غذاء

٨ - وزر مع كل عارضة طبيباً

٩ - أخي نم باكراً (تهناً) قريراً

ولا تتركه معتلاً سقيماً

تعد أخي إنجازاً عظيماً

وأبق الجسم ممشوقاً وسيماً

فكن عند اختيارهما عليماً

لديه ستأخذ النصيح الحكيم

فكم قد طبب النوم الجسوما

### ٣- كُتِبَ الشاعِر.

١٠- رُزِقْتَ أُخِيَّ عَافِيَةً وَخَيْرًا وَعِشْتَ بِصِحَّةٍ عِشًّا نَعِيمًا

### اللُّغَوِيَّاتُ:

عَافِيَةٌ: صِحَّةٌ تَامَةٌ

نَعِيمٌ: سَعَةٌ الْعِيشِ وَحُسْنُ الْحَالِ

### الشرح:

١٠- يدعو الشاعر لك أن تُرزق خيرا، و عافية، و سعة في الرزق، و حُسن الحال.

### الجماليات:

- أُخِيٌّ: أسلوب نداء حذف أداته (يا) للقرب والمحبة.

- البيت العاشر: أسلوب دعاء.

أ/ أحمد كَسَّاب

## الفكرة الثالثة : الرياضة إنجاز عظيم .

٥ - مُمارِسةُ الرياضةِ كلَّ يومٍ

٦ - ووزنُكَ ليسَ يَفْرُطُ في ازديادٍ

٧ - طعامُكَ والشرابُ هما غذاءُ

تُعَدُّ أَخِيَّ إِنجازًا عظيمًا

وَأَبَقَ الجِسمَ مَمَشوقًا وَسِما

فَكُنْ عِنْدَ اختِيارِهِما عَلِما

### شرح الأبيات :

5- من أعظم الإنجازات الصحية ممارسة الرياضة .

6- فهي تحافظ على عدم زيادة الوزن ورشاقة الجسم ولياقته .

7- ولا بد أن تختار الغذاء الصحي .

### الجماليات :

- 5- البيت الخامس : كل يوم : تعبير يدل على دوام الممارسة .
- 6- البيت السادس : تعبير يدل على أهمية الرياضة وفائدتها .
- 7- البيت السابع : طعام - شراب : بينهما تضاد يوضح المعنى .  
كن : أسلوب أمر للنصح .  
عليما : تدل على شدة العلم

## الفكرة الرابعة : نصائح إلى أخي الإنسان .

لَدَيْهِ سَتَأْخُذُ النَّصْحَ الْحَكِيمَا

فَكَمْ قَدْ طَبَّبَ النَّوْمُ الْجُسُومَا

وَعِشْتُ بِصِحَّةٍ عِشًّا نَعِيمَا

٨ - وَزُرَّ مَعَ كُلِّ عَارِضَةٍ طَبِيبًا

٩ - أَخِي نَمْ بَاكِرًا (تَهْنَأُ) قَرِيرًا

١٠ - رُزِقْتَ أَخِي عَافِيَةً وَخَيْرًا

### الجماليات :

- 8- البيت الثامن :زر : أسلوب أمر للنصح والإرشاد .  
ستأخذ النصح : نتيجة لما قبلها .
- 9- البيت التاسع : أخي : إضافة ياء المتكلم تدل على شدة القرب والمودة .  
نم باكراً / أمر للنصح والإرشاد .  
تهناً : نتيجة لما قبلها .  
قد : تفيد التحقيق .  
كم : تفيد الكثرة .  
وصور الشاعر النوم بطبيب يشفي الجسم .
- 10- البيت العاشر : عطف عافية وخير ؛ لتنوع فوائد الصحة . والبيت أسلوب دعاء .

### شرح الأبيات :

8- وإذا شعرت بأي عرض عليك بزيارة الطبيب لسماع نصائحه .

9- وعليك بالنوم مبكراً ، فكم عالج النوم الكثير من العطل الجسدية .

10 - يدعو الشاعر لأخيه الإنسان بأن يرزقه الله العافية والصحة والخير والحياة المنعمة .

س1: ماذا يجب عليك حتى تحيا سليماً ؟

س2: ما نتيجة الجسم السليم ؟

س3 : ما أهمية ممارسة الرياضة ؟

س4: ما النصائح التي قدمها الشاعر للإنسان ؟

ما هو عنوان  
النص

1

9

من كاتب النص

6

10

ما نوع النص

3

11

ما معنى كلمة  
نصائح

4

12

# لا تكسر الجرة

احتر الجرة الصحيحة حتى لا تنكسر



# فراقب صحة البدن المعافى تعني كلمة راقب



# كلمة وردت في النص تعني

## الحسم



# كلمة وردت بمعنى مريض



# وأبقى الجسم ممثوقاً كلمة ممثوقاً تعني



# وسيمًا لعنني



# فكن عند اختيارهما عليهما مضاد كلمة عليهما



# وزر مع كل عارضة طيبًا كلمة عارضة تعني



اذكري الأبيات الدالة على ممارسة الرياضة يحافظ على الوزن  
ويجعل الجسم رشيقةً وجميلاً



# ما النصيحة الواردة في البيت السابع

زيارة الطبيب  
عند كل مرض

الحرص على  
النوم باكراً

أحرص على  
ممارسة  
الرياضة

أحرص على  
اختيار الطعام  
والشرب المفيد  
للجسم

# تعني كلمة (بأكراً) الواردة في البيت التاسع



# وردت في النص مرادف كلمة قريراً

تهناً

عارضة

معتلاً

سقيماً

# تصغير كلمة أخى يدل على



# وقف اطمئنه

www.oman-edu.com



اذكري النصائح التي  
ذكرها الشاعر في النص؟

1

الإجابة  
الخاطئة

الإجابة  
الصحيحة

00:30

MR. TIMER



# عددي فوائد الرياضة للإنسان ؟

2

الإجابة  
الصحيحة

الإجابة  
الخاطئة

00:30

MR. TIMER



# ما الصورة الجمالية في البيت التاسع

3

الإجابة  
الخاطئة

الإجابة  
الصحيحة

00:30

MR. TIMER



(المعدة بيت الداء) استخرجي  
من النص البيت المقارب لهذا  
المعنى

4

الإجابة  
الصحيحة

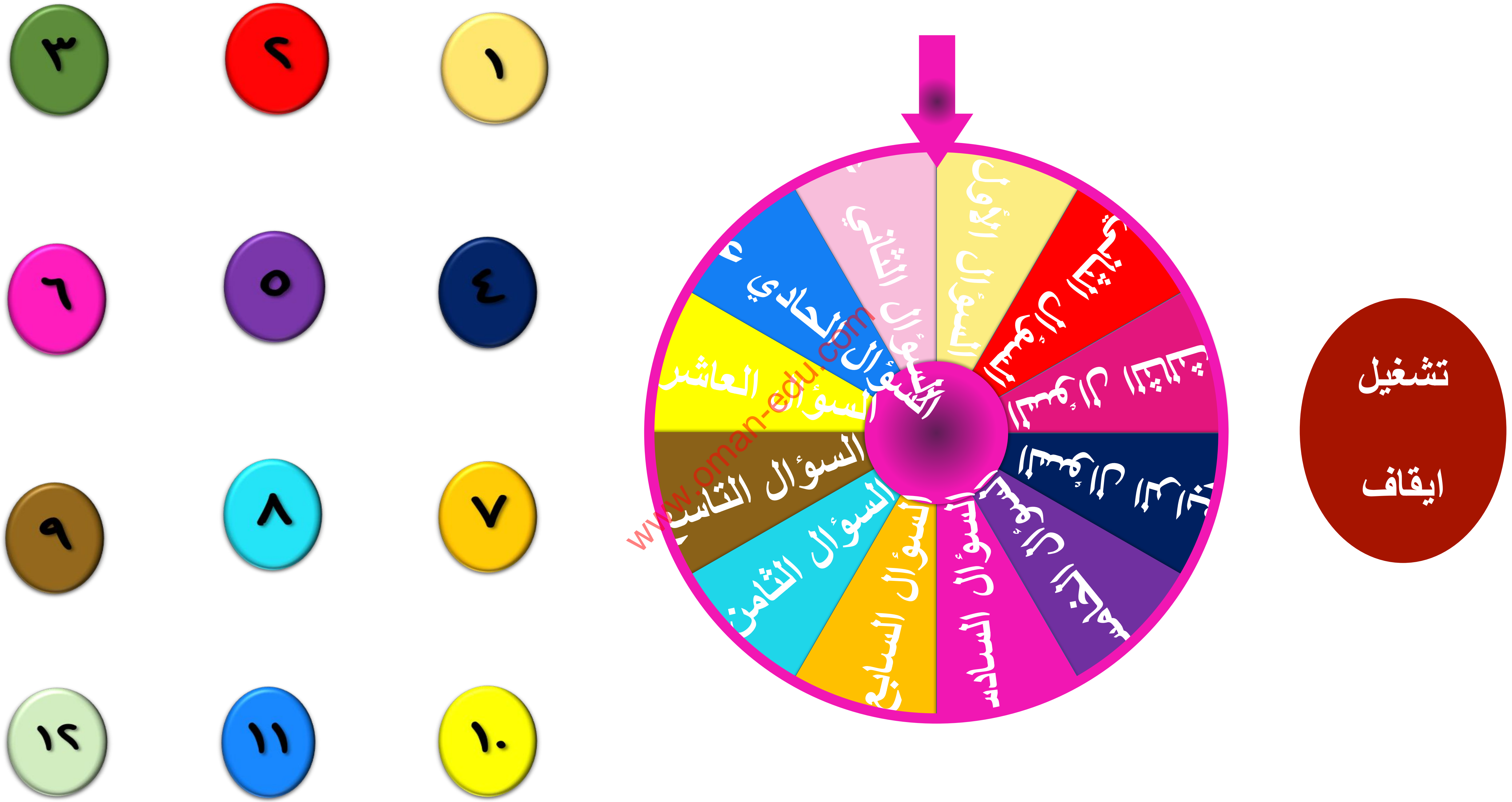
الإجابة  
الخاطئة

00:30

MR. TIMER







اذكري ألفاظ  
تدل على جسم  
الإنسان  
المريض ؟

الصفحة  
الرئيسية



اذكر ألفاظ تدل الجسم السليم  
وردت في النص ؟

الصفحة  
الرئيسية



ما النتيجة  
المترتبة على  
جسم الإنسان  
عند ممارسة  
الرياضة؟

الصفحة  
الرئيسية



لماذا أكثر  
الشاعر من  
استخدام  
ألفاظ تدل على  
الأمر؟

الصفحة  
الرئيسية



[الصفحة الرئيسية](#)

ما النتيجة  
المترتبة عندما  
يكون الجسم  
سليماً



اذكري البيت الدال على  
زيارة الطبيب عند كل  
مرض أو حالة طارئة

الصفحة  
الرئيسية



# عندما ننام مبكرًا ما النتيجة المترتبة؟

الصفحة  
الرئيسية



استخرجي من النص أسلوب نهى

الصفحة  
الرئيسية



البدن مفرد جمعها

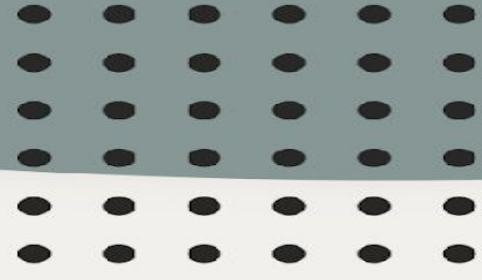
الصفحة  
الرئيسية



الاجسام مفرد جمعها

الصفحة  
الرئيسية



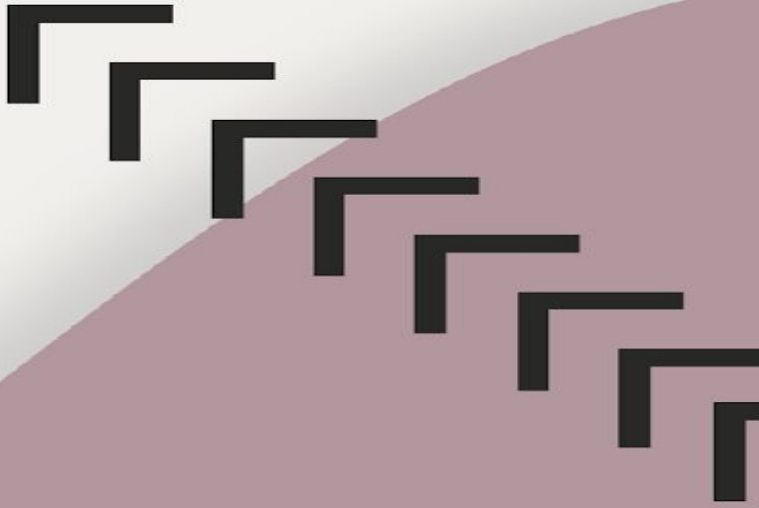
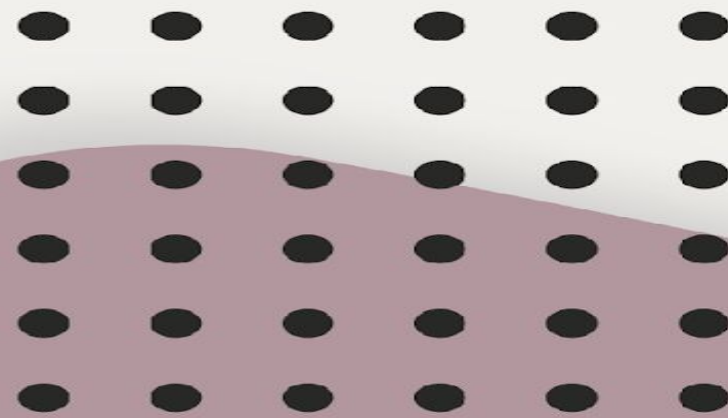


مرادف كلمة معنًا وردت في النص  
استخرجها

www.oman-edu.com



الصفحة  
الرئيسية



ورد في النص دعاء اذكري البيت  
الداال على ذلك

الصفحة  
الرئيسية



## شروتي اللغوية

أولاً:

١ كلمة (الورى) الواردة في البيت الثاني تعني:

ب الناحية .

أ البشر .

ج الشفاء .

د الأمراض .

(أختارُ الإجابة الصحيحة)

عارضة

٢ استخرج من النص كلمة بمعنى حالة طارئة:

٣ أكمل الجدول الآتي:

الفرْد	الجمع
النَّصِيحَةُ	النصائح
الجِسْم	الجُسُوم

٤ أحكي العبارة الآتية محافظاً على ما تحته خط:

وأبقِ الجسمَ ممشوقاً وسيماً.

وأبقِ لسانك رطباً بذكر الله.

## ثانيًا، أناقش وأحلّ.

وَزِدَتْ هِيَ النَّحْصَ الشَّعْرِيَّ مَجْمُوعَةً مِنَ الصِّفَاتِ تَشِيرُ إِلَى الْجِسْمِ السَّلِيمِ وَأُخْرَى تَرْتَبِعُ بِالْأَمْرَاضِ، اكْمَلْ بِهَا الْجَدُولَ الْآتِي:

صفات ترتبعت بالجسم السليم	صفات ترتبعت بالمرضى
مُعَافَى	مُعْتَلَا
وَسِيمًا	سَقِيمًا
مَمْشُوقًا	

قَدِّمِ الشَّاعِرَ مَجْمُوعَةً مِنَ النَّصَائِحِ الصَّحِيَّةِ وَالْعَلِيَّةِ، اكْتُبْهَا بِاسْلُوبِ نَثْرِيٍّ.

- ١- مارس الرياضة يوميًا؛ للحفاظ على رشاقة جسمك.
- ٢- احرص على اختيار الغذاء الصحي المناسب.
- ٣- راقب صحة الجسم، و قم بزيارة الطبيب عند شعورك بالمرض.
- ٤- عليك بالنوم المبكر؛ فهو يزيدك صحة و حيوية.

٣ وَرَدَ فِي الْأَثَرِ عِبَارَةٌ: «المَعْدَةُ بَيْتُ الدَّاءِ»، **أَسْتَخْرِجْ** مِنْ الْقَصِيدَةِ الْبَيْتَ الْمَقَارِبَ لَهَا فِي الْمَعْنَى.

### البيت السابع:

طعامك و الشراب هما غذاء فكن عند اختيارهما عليما

٤ استعمل الشاعِرُ الأسبابَ والنتائجَ لإقناعِ القارئِ بالنصائحِ التي قدّمها، **أكمل** الجدولَ بالأسبابِ والنتائجِ:

النتيجة	السبب
عقل سليم	جسم سليم
<b>جسم رشيق و وسيم</b>	ممارسة الرياضة
تأخذ النصيح الحكيم	<b>زيارة الطبيب</b>
<b>تهنأ قريراً</b>	<b>النوم مبكراً</b>