

نصائح طيب



نصائح طبيب

- 1- أن يلقي الطلبة النص إلقاء صحيحا معبرا عن المعنى.
- 2- أن يستخرج الطلبة الفكرة العامة.
- 3- أن يستخلص الطلبة الأفكار الجزئية.
- 4- أن يوظف الطلبة المفردات والتراكيب الجديدة.
- 5- أن يستخرج الطلبة النصائح الطبية الواردة في النص.
- 6- أن يتعرف الطلبة على الأساليب التي اعتمدها الشاعر في تقديم نصائحه (الأمر والنهي)





<https://youtu.be/nEbNI1biZzU>

<https://youtu.be/TknaoAnyN3M>

الاستماع الجيد
أثناء قراءة
النص الشعري





نصائح طبيب

للشاعر أحمد الفارسي



أحمد الفارسي

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



أَتَعَرَّفُ النَّصَّ



• أَتَصَفِّحُ النَّصَّ، ثُمَّ أَمَلُّ البطاقة الآتية:

بطاقة

١ عنوان النص:

٢ كاتب النص:

٣ نوع النص:

ج خاطرة

ب قصة قصيرة

أ قصيدة

(أختارُ الإجابة الصحيحة)



نصائح طبيب

وتمضي دربَ عمرِكَ مُستقيماً
بتطبيبِ الّورى أضحى فهيماً
ستؤتى هكذا عقلاً سليماً
ولا تتركه مُعتلاً سقيماً
تعدُّ أخِي إنجازاً عظيماً
وأبقى الجسمَ ممّشوقاً وسيماً
فكنّ عندَ اختيارِهِما عليماً
لديه ستأخذُ النصّحَ الحكيماً
فكمّ قدّ طبّبَ النومُ الجُسوما
وعِشْتَ بصحّةٍ عيشاً نعيماً

أحمد الفارسي

- ١ - إذا ما شئتَ أنْ تحيا سليماً
- ٢ - فخذْ بعضَ النصائحِ منْ طبيبٍ
- ٣ - إذا ما كنتَ ذا جسمٍ سليمٍ
- ٤ - فراقبْ صحّةَ البدنِ المُعافى
- ٥ - مُمارسةُ الرياضةِ كلَّ يومٍ
- ٦ - ووزنُكَ ليسَ يفرطُ في ازديادٍ
- ٧ - طعامُكَ والشرابُ هما غذاءُ
- ٨ - وزرّ معَ كلِّ عارضةٍ طبيّاً
- ٩ - أخِي نمّ باكراً (تهنأً) قريراً
- ١٠ - رزقتَ أخِي عافيةً وخيراً



أحمد الفارسي

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



نصائح طبيب

- ١ - إذا ما شئت أن تحيا سليما
وتُمضي دربَ عمرِكَ مُستقيما
بتطبيبِ الوري أضحي فهِما
ستؤتي هكذا عقلاً سليما
- ٢ - فخذْ بعضَ النصائحِ من طبيبٍ
- ٣ - إذا ما كنتَ ذا جسمٍ سليمٍ



▶ 0:21 / 1:09



٥ - مُمارِسةُ الرِياضةِ كُلِّ يَومٍ تُعَدُّ أَخِيَّ إِنجازًا عَظيمًا

٦ - وَوزنُكَ لَيسَ يَفرُطُ في ازديادٍ وَأَبقِ الجِسمَ مَمشوقًا وَسَيمَا



▶ 0:39 / 1:09

نصائح طيب

٥ - مُمارِسةُ الرِياضةِ كُلِّ يَومٍ تُعَدُّ أَخِيَّ إِنجازًا عَظيمًا



٨ - وَزَّرَ مَعَ كُلِّ عَارِضَةٍ طَبِيبًا لَدَيْهِ سَتَأْخُذُ النَّصِيحَ الْحَكِيمَا

٩ - أَخِي نَمْ بَاكِرًا (تَهْنَأُ) قَرِيرًا فَكَمْ قَدْ طَبَّبَ النَّوْمُ الْجُسُومَا



٨ - وَزَّرَ مَعَ كُلِّ عَارِضَةٍ طَبِيبًا لَدَيْهِ سَتَأْخُذُ النَّصِيحَ الْحَكِيمَا



٥ - مُمَارَسَةُ الرِّيَاضَةِ كُلُّ يَوْمٍ تُعَدُّ أَخِي إِنْجَازًا عَظِيمَا

٦ - وَوزْنُكَ لَيْسَ يَفْرُطُ فِي ازْدِيَادٍ وَأَبْقِ الْجِسْمَ مَمَشُوقًا وَسِيمَا

٧ - طَعَامُكَ وَالشَّرَابُ هُمَا غِذَاءٌ فَكُنْ عِنْدَ اخْتِيَارِهِمَا عَلِيمَا





١-العقل السليم في الجسم السليم

اللُغويات:

١ - إذا ما شئتَ أن تحيا سليما وتُمضي درِبَ عمرِكَ مُستقيما

٢- فخذْ بعضَ النصائحِ منْ طبيبٍ بتطبيبِ الوريّ أضحى فهيمَا

٣ - إذا ما كنتَ ذا جسمٍ سليمٍ ستؤتني هكذا عقلاً سليما

شئتَ: أردتَ(المضاد)أيتَ تحيا: تعيش سليماً: معافى صحيحا(المضاد) مُعتلا-مريضا

تُمضي: تقضي درِبَ: طريق(الجمع) دُرُوب مُستقيما: معتدلا النصائح: الإرشادات(المفرد) النصيحة تطبيب: معالجة الوريّ: الناس / الخلق فهيماً: مُدركاً ذا: صاحب(جمعها) ذوي جسم(الجمع)جسوم-أجسام

الشرح:

١- يقول الشاعر: إذا أردت أن تعيش معافى ، و تقضي عمرَكَ صحيحا.

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 كَسَّاب

الفكرة الأولى : النصيحة من خبير

نصائح طبيب

- ١ - إذا ما شئت أن تحيا سليما
وتَمْضِي رَبَّ عَمْرِكَ مُسْتَقِيمًا
- ٢ - فخذْ بعضَ النصائحِ مِنْ طبيبٍ
بتطبيبِ الْوَرَى أَضْحَى فَهِيمًا

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 فهيمًا : 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 صِحَّةَ الْبَدَنِ الْمُعَافَى

الجماليات :

البيت الثالث : ستؤتي هكذا عقلًا : نتيجة لما قبلها .

البيت الرابع : راقب : أسلوب أمر للنصح والإرشاد .

لا تتركه : أسلوب نهى للتحذير والنصح .

معتلًا - سقيمًا : مترادف يوضح المعنى .

شرح الأبيات :

3- الإنسان إذا صح جسده صح أيضًا عقله .

4- لا بد أن يراعي الإنسان بدنه ولا يتركه

متعبًا وبه إعياء .



اللُّغَوِيَّاتُ:

- ٤ - فَرَّقَبْ صَحَّةَ الْبَدَنِ الْمُعَافَى وَلَا تَتْرَكْهُ مُعْتَلًا سَقِيمًا
- ٥ - مُمَارَسَةُ الرِّيَاضَةِ كُلُّ يَوْمٍ تُعَدُّ أَخِيَّ إِنْجَازًا عَظِيمًا
- ٦ - وَوزْنُكَ لَيْسَ يَفْرُطُ فِي ازْدِيَادٍ وَأَبْقِ الْجِسْمَ مَمْشُوقًا وَسِيمًا
- ٧ - طَعَامُكَ وَالشَّرَابُ هُمَا غِذَاءٌ فَكُنْ عِنْدَ اخْتِيَارِهِمَا عَلِيمًا
- ٨ - وَزَّرْ مَعَ كُلِّ عَارِضَةٍ طَبِيبًا لَدَيْهِ سَتَأْخُذُ النَّصْحَ الْحَكِيمًا
- ٩ - أَخِي نَمَّ بَاكِرًا (تَهْنَأُ) قَرِيرًا فَكَمْ قَدْ طَبَّبَ النَّوْمُ الْجُسُومًا

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



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 يفترط في ازدياد

٧ - طعامك و الشراب هما غذاء

٨ - و زر مع كل عارضة طبيباً

٩ - أخي نم باكراً (تهناً) قريراً

و لا تتركه معتلاً سقيماً

تعد أخي إنجازاً عظيماً

و أبق الجسم ممشوقاً وسيماً

فكن عند اختيارهما عليماً

لديه ستأخذ النصيح الحكيم

فكم قد طبب النوم الجسوما



٣- كُتِبَ الشَّاعِرُ.

اللُّغَوِيَّاتُ:

عَافِيَةٌ: صِحَّةٌ تَامَةٌ

الشرح:

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

الجماليات:

- أُخِيّ: أسلوب نداء حذف أداته (يا) للقرب و المحبة.

- البيت العاشر: أسلوب دعاء.

١٠- رُزِقْتُ أُخِيَّ عَافِيَةً وَخَيْرًا وَعِشْتُ بِصِحَّةٍ عِشًّا نَعِيمًا

نعيم: سعة العيش و حُسن الحال

الفكرة الثالثة : الرياضة إنجاز عظيم .

تُعَدُّ أَخِيَّ إِنجَازًا عَظِيمًا
وَأَبَقَ الْجِسْمَ مَمَّشُوقًا وَسِيمًا
فَكُنْ عِنْدَ اخْتِيَارِهِمَا عَلِيمًا

٥ - مُمَارَسَةُ الرِّيَاضَةِ كُلَّ يَوْمٍ
٦ - وَوزْنُكَ لَيْسَ يَفْرُطُ فِي ازْدِيَادٍ
٧ - طَعَامُكَ وَالشَّرَابُ هُمَا غِذَاءُ

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

وَعِشْتَ بِصِحَّةٍ عِشًّا نَعِيمَا

٨ - وَزُرْ مَعَ كُلِّ عَارِضَةٍ طَبِيبًا

٩ - أَخِي نَمْ بَاكِرًا (تَهْنَأُ) قَرِيرًا

١٠ - رُزِقْتَ أَخِي عَافِيَةً وَخَيْرًا

شرح الأبيات :

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

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

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

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 .

س1: ماذا يجب عليك حتى تحيا سليماً ؟

س2 :ما نتيجة الجسم السليم ؟

س3 : ما أهمية ممارسة الرياضة ؟

س4: ما النصائح التي قدمها الشاعر للإنسان ؟

-1

-2

-3

-4

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12



لا تكسر الجرة

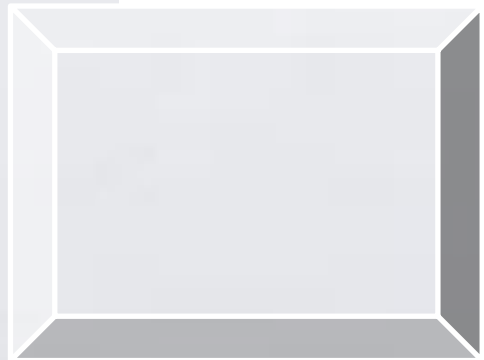
اختر الجرة الصحيحة حتى لا تنكسر



وقف اطمئنه









اذكري النصائح التي
ذكرها الشاعر في النص؟

1

الإجابة
الخاطئة

الإجابة
الصحيحة

00:30



عددي فوائد الرياضة
للإنسان ؟

2

الإجابة
الصحيحة

الإجابة
الخاطئة

00:30



ما الصورة الجمالية في البيت التاسع

3

الإجابة
الخاطئة

الإجابة
الصحيحة

00:30



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

4

الإجابة
الصحيحة

الإجابة
الخاطئة

00:30

MR. TIMER



الحسنة يا ابطال



تشغيل
إيقاف



١

٢

٣

٤

٥

٦

٧

٨

٩

١٠

١١

١٢

شروتي اللغوية

أولاً:

١ كلمة (الورى) الواردة في البيت الثاني تعني:

ب الناحية .

أ البشر .

د الأمراض .

ج الشفاء .

(أختارُ الإجابة الصحيحة)

عارضة

٢ استخرج من النص كلمة بمعنى حالة طارئة:

٣ أكمل الجدول الآتي:

المفرد	الجمع
النصيحة	النصائح
الجسم	الجسوم

٤ أحكي العبارة الآتية محافظاً على ما تحته خط:

وأبق الجسم ممشوقاً وسيماً.

وأبق لسانك رطباً بذكر الله.

ثانيًا، أناقش وأحلّ.

وَزِدَتْ هِيَ النَّصْصَ الشَّعْرِيَّ مَجْمُوعَةً مِنَ الصِّفَاتِ تَشِيرُ إِلَى الْجِسْمِ السَّلِيمِ وَآخَرَى تَرْقُبُكَ بِالْأَمْرَاضِ، اكْمَلْ بِهَا الْجَدْوَلَ الْآتِي:

صفات ترقبُكَ بالجسم السليم	صفات ترقبُكَ بالمرِيضِ
مُعَافَى	مُعْتَلَا
وَسِيمًا	سَقِيمًا
مَمْشُوقًا	

قَدِّمِ الشَّاعِرُ مَجْمُوعَةً مِنَ النَّصَائِحِ الصَّحِيَّةِ وَالطَّبِيعَةِ، 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
جسم رشيق و وسيم	ممارسة الرياضة
تأخذ النصيح الحكيم	زيارة الطبيب
تهنأ قريراً	النوم مبكرا

٥ أكثر الشاعر من استخدام أفعال الأمر، لماذا بحسب رأيك؟
- لأن الشاعر يقدم مجموعة من النصائح، و أفعال الأمر تناسب النصح و الإرشاد .

ثالثاً: أتوسّع:

أمثل مع مجموعتي مقطعاً مسرحياً قصيراً عن الغذاء الصحي.

ثروتى اللغوية

أولاً:

١ كلمة (الورى) الواردة في البيت الثاني تعني:



ب الناحية .

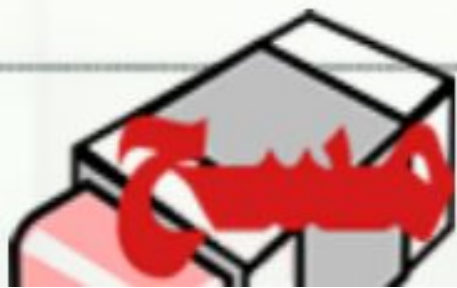
أ البشر .

ج الشفاء .

د الأمراض .

(أختارُ الإجابة الصحيحة)

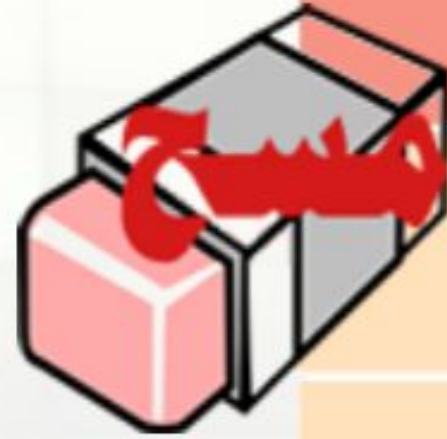
٢ أستخرجُ من النص كلمةً بمعنى حالةٍ طارئةٍ: **عارضة**



أناقش وأحلّ:

ثانياً:

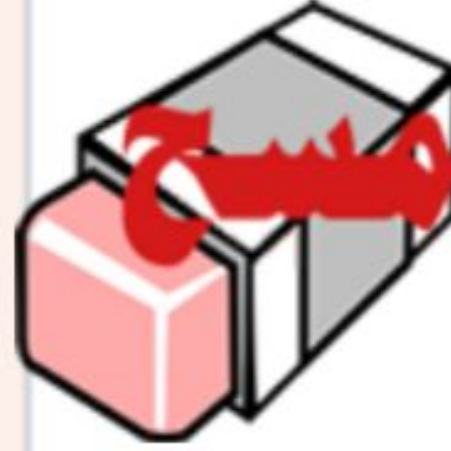
وَرَدَتْ فِي النَّصِّ الشَّعْرِيِّ مَجْمُوعَةٌ مِنْ الصِّفَاتِ تُشِيرُ إِلَى الْجَسَمِ السَّلِيمِ وَأُخْرَى تَرْتَبِطُ
بِالْأَمْرَاضِ، أَكْمَلْ بِهَا الْجَدْوَلَ الْآتِي:



صفات ترتبط بالجسم السليم	صفات ترتبط بالمرضى
مَمَشُوقًا	مُعْتَلًا
وَسِيمًا	سَقِيمًا
عَلِيمًا	—
قَرِيرًا	—

قَدَّمَ الشاعِرُ مَجموعَةً مِنْ النِصائِحِ الصَّحِيَّةِ وَالطَّبِيَّةِ، أَكْتُبْهَا بِأَسْلُوبِ نَثْرِيٍّ.

- ١- مارِسْ الرِياضَةَ يَومِيًّا حَفاظًا عَلى رِشاقةِ جِسمِكَ
- ٢- احرصْ عَلى اِختِيارِ الغِذاءِ الصَّحِيِّ المُناسِبِ
- ٣- قِمْ بِزِيارَةِ الطَّبِيبِ عَندَ اِعتِلالِ صَحتِكَ
- ٤- عَليكَ بِالنَّومِ المُبَكِّرِ فَهُوَ يَزيدُكَ صِحَّةً وَحَيَويَةً



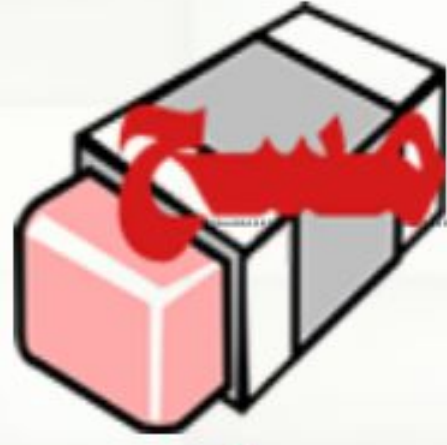
وَرَدَ فِي الأَثَرِ عِبارَةٌ: «المَعَدَةُ بَيتُ الداءِ»، اِستَخرِجْ مِنْ القِصِيدَةِ البَيتَ المُقارِبَ لَها فِي

المَعنى.



٤- عليك بالنوم المبكر فهو يزيدك صحةً وحيويةً

٣ وَرَدَ فِي الْأَثَرِ عِبَارَةٌ: «المعدة بيتُ الداء»، **أُستخرجُ** مِنَ الْقَصِيدَةِ الْبَيْتَ الْمَقَارِبَ لَهَا فِي الْمَعْنَى.



طَعَامُكَ وَالشَّرَابُ هُمَا غِذَاءُ
فَكُنْ عِنْدَ اخْتِيَارِهِمَا عَلِيمًا

٤ اسْتَعْمَلَ الشَّاعِرُ الْأَسْبَابَ وَالنَتَائِجَ لِإِقْنَاعِ الْقَارِئِ بِالنِّصَائِحِ الَّتِي قَدَّمَهَا، **أَكْمَلُ** الْجَدْوَلَ

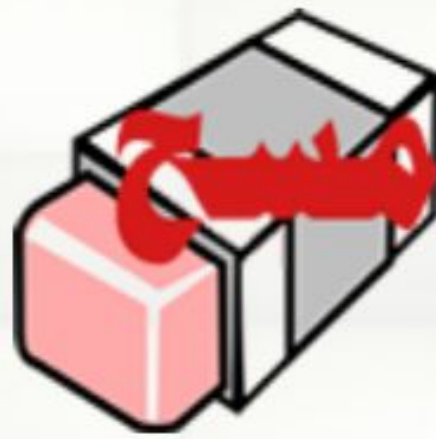
بِالْأَسْبَابِ وَالنَتَائِجِ:



استعمل الشاعرُ الأسبابَ والنتائجَ لإقناعِ القارئِ بالنصائحِ التي قدّمها، أكملُ الجدولَ

بالأسبابِ والنتائجِ:

النتيجةُ	السببُ
عقلٌ سليمٌ	جسمٌ سليمٌ
جسمٌ وسيمٌ	ممارسةُ الرياضةِ
تأخذُ النصيحَ الحكيمَ	زيارةُ الطبيبِ
تَهْنَأُ قَرِيْراً	النومُ مبكراً





جسم وسيم

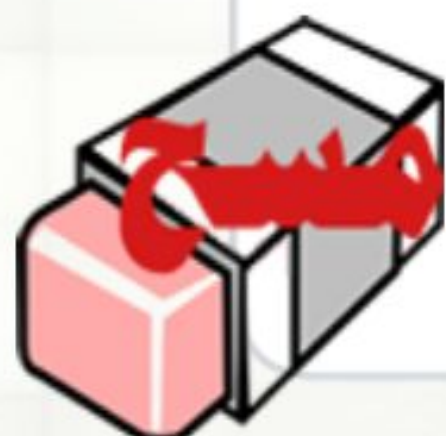
ممارسة الرياضة

تأخذ النصح الحكيم

زيارة الطبيب

تهنأ قريراً

النوم مبكراً



أكثر الشاعر من استخدام أفعال الأمر، لماذا بحسب رأيك؟
لحرصه على تطبيق القارئ لنصائحه التي ستعود عليه بالفائدة.

الكلمة	المعنى	الكلمة	المضاد	المفرد	الجمع
شئت	أردت	سليماً	مريضاً	نصيحة	نصائح
تحيا	تعيش	مستقيماً	ملتوياً	طبيب	أطباء
درب	طريق	معتلّ	سليم	عقل	عقول
الورى	الخلق	ازدياد	نقصان	جسم	أجسام / جسوم
فهيماً	عليماً	عافية	مرض	بدن	أبدان
المعافى	السليم	نعيم	جحيم	إنجاز	إنجازات
معتل	مريض				
ممشوق	جميل متناسب الشكل				
تهناً	تسعد				
طبّب	عالج				
عافية	صحة				
نعيماً	مريحاً				

أذاكر دروسي بتركيز أولاً بأول، وأنظم أوقاتي ، وأصلي صلواتي.
النص الأدبي (٢) نص للفهم والتحليل.

أقرأ النَّص:



نصائح طبيب



أحمد الفارسي

طبيب وشاعر عماني
معاصر، نشأ في تياية
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 طبيبا
 - ٩ - أخي نم باكرا (تهنأ) قريرا
 - ١٠ - رزقت أخي عافية وخيرا
- وتمضي درب عمرك مستقيما
بتطبيب الوري أضحى فهما
ستؤتي هكذا عقلا سليما
ولا تتركه معتلا سقيما
تعد أخي إنجازا عظيما
وأبق الجسم ممشوقا وسيما
فكن عند اختيارهما عليما
لديه ستأخذ النصح الحكيم
فكم قد طبب النوم الجسموما
وعشت بصحة عيشا نعيما

الأفكار: *العقل السليم في الجسم السليم.

*طرق الصحة والعافية.

الشرح:

*إذا أردت أن تعيش مُعافى، وتقضي عمرك صحيحًا. *اتبع إرشادات طبيب الخبرة في معالجة الناس.
*فالعقل السليم في الجسم السليم. *وتابع صحة جسدك ولا تتركه للأمراض. *الرياضة تُقوي الجسم
وتمنع السمنة، وتجعل القوام رشيقًا جميلًا.

*وذلك باختيار الطعام والشراب المناسب بدقة. *فإذا أتاكَ المرض فعليك بالطبيب الحكيم. *ومن
سبل السعادة راحة البدن بالنوم مبكرًا. *وترزق خير العافية ونعمة العيش بصحة.

أذاكر دروسي بتركيز أولاً بأول، وأنظم أوقاتي ، وأصلي صلواتي.
المعاني والمفردات...

الكلمة	المعنى/المرادف	الكلمة	المعنى/المرادف
شئت	أردت.	تعدّ	تعتبر
تحيا سليماً	تعيش معافى صحيحاً/ مضادها تُمّت معتلاً.	إنجاز	قضاء، أداء.
تمضي	تقضي.	يفرط	يجاوز الحد.
درب	طريق، باقي عمرك/ جمع دروب	ممشوقاً	رشيّقاً، حسنُ القوام/ مضاد بدين وجسيم.
مستقيماً	معتدل/ مضاد منحرف ومعوج.	وسيماً	جميلاً/ مضاد قبيحاً.
النصائح	الإرشادات/ مفرد النصيحة.	عليماً	عارفاً / مضاد جاهلاً.
الورى	الناس والخلق.	عارضة	مرض، حاجة.
تطبيب	معالجة ومداواة.	باكراً	الساعة الأولى من الليل.
فهيماً	مدرّكاً.	تهناً	تسعد/ مضاد تحزن.
البدن	الجسم/ جمع الأبدان.	قريراً	مسروراً.
معتلاً/ سقيماً	مريضاً/ مضاد صحيحاً مُعافى.	جسوم، أجسام	مفردها الجسم.
ممارسة	مزاولة.		
راقب	تابع بحذر واهتمام.		

مظاهر الجمال.

البيت (١): أسلوب شرط أدواته "إذا" تربط بين السبب والنتيجة، "تحيا- تمضي" مضارع يدل على التجدد والإستمرار. وبين شطري البيت تصريحاً، "سليماً- مستقيماً" يُطي جرساً موسيقياً.

البيت (٢): خُذ/أمر للنصح والإرشاد، "النصائح": جمع للكثرة والأهمية، "طبيب" نكرة للتعظيم.
"تطبيب الورى" إضافة للخبرة الكافية.

البيت (٣): اقتباس من الحكمة المشهورة "العقل السليم في الجسم السليم".

البيت (٤): راقب/أمر للنصح والإرشاد، "لا تتركه" أسلوب نهي للنصيحة.

البيت (٥): كناية عن أهمية ممارسة الرياضة، "أخي": تصغير تدليل والحب والإخاء.

البيت (٦): كناية عن النشاط وعدم الإفراط بالطعام، "ابق" أمر للنصح.

البيت (٧): "طعامك والشراب" خبرة للثبوت والتحقيق.

البيت (٨): "رُر"/أمر لطلب العلاج عند الشعور بالمرض.

البيت (٩): "أخي"/نداء حذفت أدواته "يا" للقرب والود. *البيت (١٠): غرضه الدعاء بدوام الصحة والعافية.

عنوان النص : نَصَائِحُ طَبِيبٍ

نوع النص : قصيدة

كاتب النص ومصدره : أحمد الفارسي

الفكرة العامة للنص : نصيحة طبيب للحفاظ على الصحة

الفكرة الأولى

النصيحة من خبير

إِذَا مَا شِئْتَ أَنْ تَحْيَا سَلِيمًا وَتَمُضِيَ دَرْبَ عُمْرِكَ مُسْتَقِيمًا
فَخُذْ بَعْضَ النَّصَائِحِ مِنْ طَبِيبٍ بِتَطْيِيبِ الْوَرَى أَضْحَى فَهِيمًا

الشرح

يخاطب الشاعر الإنسان إذا أراد أن يعيش سليمًا في صحته ويسعد بعمره؛ فلا بد أن يأخذ بعض النصائح من طبيب يفهم علاج البشر

مظاهر الجمال

إِذَا مَا شِئْتَ مُسْتَقِيمًا: أسلوب شرط لتوضيح أهمية الحفاظ على سلامة الجسم

خُذْ: أسلوب أمر للنصح والإرشاد

أَضْحَى فَهِيمًا: تعبير يدل على كثرة علم الطبيب

الْوَرَى: جمع للكثرة



الفكرة الثانية

العقل السليم في الجسم السليم

إِذَا مَا كُنْتَ ذَا جِسْمٍ سَلِيمٍ سَتُؤْتِي هَكَذَا عَقْلًا سَلِيمًا
فَرَاقِبْ صِحَّةَ الْبَدَنِ الْمُعَافَى وَلَا تَتْرِكْهُ مُعْتَلًا سَقِيمًا

الشرح

الإنسان إذا صحَّ جسده صحَّ أيضًا عقله ، فلا بد أن يراعي الإنسان بدنه ولا يتركه متعبا و به إعياء

مظاهر الجمال

سَتُؤْتِي هَكَذَا عَقْلًا: نتيجة لما قبلها

رَاقِبْ: أسلوب أمر للنصح والإرشاد

لَا تَتْرِكْهُ: أسلوب نهي للتحذير والنصح

مُعْتَلًا - سَقِيمًا: ترادف يوضح المعنى

الفكرة الثالثة

الرياضة إنجاز عظيم

مُمَارَسَةُ الرِّيَاضَةِ كُلَّ يَوْمٍ تُعَدُّ أَخِيَّ إِنْجَازًا عَظِيمًا
وَوَزْنُكَ لَيْسَ يَفْرُطُ فِي ازْدِيَادٍ وَأَبْقِ الْجِسْمَ مَمَشُوقًا وَسِيمًا
طَعَامُكَ وَالشَّرَابُ هُمَا غِذَاءٌ فَكُنْ عِنْدَ اخْتِيَارِهِمَا عَلِيمًا

الشرح

من أعظم الإنجازات الصحية ممارسة الرياضة ، فهي تحافظ على عدم الوزن ورشاقة الجسم ولياقته ، ولا بد أن تختار الغذاء الصحي

مظاهر الجمال

كُلَّ يَوْمٍ: تعبير يدل على دوام ممارسة الرياضة

وَوَزْنُكَ وَأَبْقِ الْجِسْمَ مَمَشُوقًا وَسِيمًا: تعبير يدل على أهمية الرياضة وفائدتها

أَبْقِ الْجِسْمَ: أسلوب أمر للنصح والإرشاد / كُنْ: أسلوب أمر للنصح والإرشاد

طَعَام - شَرَاب: بينهما تضاد يوضح المعنى

عَلِيمًا : تدل على شدة العلم



وَزُرْ مَعَ كُلِّ عَارِضَةٍ طَبِيبًا لَدَيْهِ سَتَأْخُذُ التُّصَحَّ الْحَكِيمَا
أَخِي نَمْ بَاكِرًا (تَهْنَأُ) قَرِيرًا فَكَمْ قَدْ طَبَّبَ النَّوْمُ الْجُسُومَا
رُزِقْتَ أَخِي عَافِيَةً وَخَيْرًا وَعِشْتَ بِصِحَّةٍ عَيْشًا نَعِيمَا

الشرح

وإذا شعرت بأيّ عرض عليك بزيارة الطبيب لسماع نصائحه ، وعليك بالنوم مبكرًا ،
فكم عاجل النوم الكثير من العلل الجسدية ، ويدعو الشاعر لأخيه الإنسان بأن يرزقه الله
العافية والصحة والخير والحياة المنعمة

مظاهر الجمال

زُرْ: أسلوب أمر للنصح والإرشاد

سَتَأْخُذُ التُّصَحَّ: نتيجة لما قبلها

أَخِي: إضافة ياء المتكلم تدال على شدة القرب والمودة

نَمْ بَاكِرًا: أسلوب أمر للنصح والإرشاد

تَهْنَأُ: نتيجة لما قبلها

قَدْ: للتحقيق

كَمْ: تفيد الكثرة

طَبَّبَ النَّوْمُ الْجُسُومَ: صور الشاعر النوم بطبيب يشفي الجسم

عَافِيَةٌ وَخَيْرًا: عطف عافية على خير؛ لتنوع فوائد الصحة

رُزِقْتَ أَخِي وَعِشْتَ بِصِحَّةٍ: البيت أسلوب دعاء

قصيدة نصائح طبيب

أنشطة الفهم القراني:

أولا: ثروتي اللغوية

١) كلمة (الرري) الواردة في البيت الثاني تعني:

أ- الشر ب- الناحية.

ج- الشفاء د- الأمراض

٢) أستخرج من النص كلمة بمعنى حالة طارئة: وزر مع كل عارضة طبيبا...لديه ستأخذ النصيح الحكيم.

٣) أكمل الجدول الآتي:

المفرد	الجمع
النصيحة	النصائح
الجسم	الجسوم

٤) **أحاكي** العبارة الآتية محافظا على ما تحته خط:

١- (**وأبق**) الجسم ممشوقا وسيما.

وأبق الجسد رياضيا وجميلا.

ثانياً: ناقش وأحلل

١) وردت في النص الشعري مجموعة من الصفات تشير إلى الجسم السليم وأخرى ترتبط بالأمراض أكمل الجدول الآتي:

صفات ترتبط بالجسم السليم	صفات ترتبط بالمرض
عقل سليم	زيارة الطبيب
ممارسة الرياضة كل يوم	النوم باكراً
وزن ليس يفرط في ازدياد	طبيب النوم الجسوماً
الطعام والشراب هما الغذاء	

٤) أستعمل الشاعر الأسباب والنتائج لإقناع القارئ بالنصائح التي قدمها، أكمل الجدول بالأسباب والنتائج:

السبب	النتيجة
جسم سليم	عقل سليم
ممارسة الرياضة	إنجاز عظيم
زيارة مع كل عارضة طبيب	تأخذ النصيحة الحكيم
نم باكراً	تهنأ
نم باكراً	فكم قد طيب النوم الجسوماً

٥) أكثر الشاعر من استخدام أفعال الأمر لماذا بحسب رأيك؟

يأمر الطبيب الناس لأنه ينصحهم حتى يحافظون على صحتهم من الأمراض الخطيرة.

أستطيع فهم الدرس من خلال الأسئلة والإجابات الآتية :

(1) ماذا يجب عليك حتى تحيا سليما ؟

أن آخذ نصائح الطبيب بجدّ والتزام

(2) ما نتيجة الجسم السليم ؟

يكون العقل سليما

(3) ما أهمية الرياضة ؟

تساعد على رشاقة الجسم وعدم زيادة الوزن وتحافظ على الصحة

(4) ما النصائح التي قدمها الشاعر للإنسان ؟

استشارة الطبيب عند أي عارض

ممارسة الرياضة

اختيار الغذاء الصحي

النوم مبكراً

أذاكر دروسي بتركيز أولاً بأول، وأنظم أوقاتي ، وأصلي صلواتي.
تدريب

١.- كاتب النص الشاعر (أكمل).

٢.- أختار. معنى (وسيمًا)..... (جميلًا - قبيحًا - خجلًا).

مضاد (معتلاً)..... (مريضًا - سقيمًا - صحيحًا).

جمع (البدن)..... (البوادي - الأبدان - البدايات).

مفرد (الجسوم)..... (الجسم - الأجسام - الجسر).

٣.- ما الجمال في قول الشاعر "رُزِقْتُ أَخِيَّ عَافِيَةً وَخَيْرًا
.....

٤.- وَرَدَتْ فِي النَّصِّ الشَّعْرِيُّ مَجْمُوعَةٌ مِنَ الصِّفَاتِ تُشِيرُ إِلَى الْجَسَمِ السَّلِيمِ وَأُخْرَى تَرْتَبِطُ
بِالْأَمْرَاضِ، اكْمَلْ بِهَا الْجَدُولَ الْآتِي:

صفات ترتبط بالسليم	صفات ترتبط بالمرضى

مع السلامة



نلتقي الأسبوع القادم إن شاء الله

