أُجَنِّدُ مَعارِفي (1)

وَضْعِيَة 1 :

فِي طَرِيقِكَ إِلَى الْمَدْرَسَةِ، تَرَكَ صَدِيقُكَ مِحْفَظَتَهُ عِنْدَكَ رَيْثَمَا يَعُودُ مِنْ مَتْجَرِ الْحَيِّ. وَعِنْدَمَا حَمَلْتَهَا وَجَدْتَهَا ثَقِيلَةً. وَلَمَّا عَادَ وَبِيَدِهِ كِيسُ رَقَائِقِ الْبَطَاطَا، أَرَدْتَ أَنْ تُلْفِتَ انْتِبَاهَهُ إِلَى ثِقَلِ مِحْفَظَتِهِ، وَمَا يَجْلِبُهُ ذَلِكَ مِنْ أَضْرَارٍ، كَمَا اغْتَنَمْتَ الفُرْصَة لِتَنْصَحَهُ بِالعِنَايَةِ أَكْثَرَ بِغِذَائِهِ.

أَحِطْ الإِجَابَةَ الصَّحِيحَةَ :

قُلْتُ لِصَدِيقِي :

■ الْمِحْفَظَةُ الثَّقِيلَةُ تُسَبِّبُ :

صُدَاعَ الرَّأْسِ؛ آلاَمَ الظَّهْرِ؛ ضُعْفَ الْبَصَرِ.

■ الأَغْذِيَةُ الصِّحِّيَةُ هِيَ :

رَقَائِقُ الْبَطَاطَا؛ الْخُضَرُ وَالفَوَاكِهُ وَ اللُّحُومُ وَالْبَيْضُ؛ الْمَشْرُوبَاتُ الْغَازِيَةُ وَالْحَلوِيَاتِ.

وَضْعِيَة 2 :

رَأَيْتَ أَحَدَ أَبْنَاءِ الْجِيرَانِ يَلْعَبُ قُرْبَ مَكَانِ رَمْيِ الْقَاذُورَاتِ حَيْثُ يَتَصَاعَدُ دُخَّانُ حَرِيقٍ، وَفِي الْمَسَاءِ وَجَدْتَهُ أَمَامَ مَدْخَلِ الْعِمَارَةِ، فَأَخْبَرْتَهُ بِضَرُورَةِ اخْتِيَارِ الْمَكَانِ الْمُنَاسِبِ لِلَّعِبِ .

أُشْطُبِ الْعِبَارَاتِ غَيْرِ الْمُنَاسِبَةِ :

1- يَجِبُ أَنْ تَلْعَبَ حَيْثُ :

◄ تَكْثُرُ الأَوْسَاخُ وَالْهَوَاءُ الْمُلَوَّثُ.

◄ الْمَكَانُ النَّظِيفُ.

2- الْجِسْمُ يَحْتَاجُ إِلَى :

◄ هَوَاءٍ نَقِيٍّ

◄ هَوَاءٍ مَلِيءٍ بِالغُبَارِ وَدُخَّانِ السَّيَّارَاتِ.

elbassair.net