شكراً لتحميلك هذا الملف من موقع المناهج الإماراتية

حل أسئلة الامتحان النهائي الورقي

موقع المناهج ⇦ المناهج الإماراتية ⇦ الصف الثاني عشر ⇦ لغة عربية ⇦ الفصل الثاني ⇦ الملف

تاريخ نشر الملف على موقع المناهج: 2024-03-24 21:03:48

التواصل الاجتماعي بحسب الصف الثاني عشر

روابط مواد الصف الثاني عشر على تلغرام

التربية الاسلامية	اللغة العربية	اللغة الانجليزية	الرياضيات

المزيد من الملفات بحسب الصف الثاني عشر والمادة لغة عربية في الفصل الثاني

1	شرح مهارات الاختبار الوزاري بناء على الهيكل
2	مذكرة أدوات نصب الفعل المضارع
3	حل تدريبات النص الشعري وفق الهيكل الوزاري
4	الهيكل الوزاري الجديد كافة المسارات
5	حل درس القراءة نص معلوماتي قطار المستقبل

إنْقاصُ الوَزْنِ: سَيْطِرْ عَلى عادَةِ الأَكْلِ العاطِفِيّ

1. يَتَناوَلُ الإنْسانُ في بَعْضِ الأَحْيانِ الطَّعامَ بِنَهَمٍ عِنْدَما يُواجِهُ مُشْكِلَةً تَقُضُّ مَضْجَعَهُ، أَوْ عِنْدَما يَشْعُرُ بِالإجْهادِ النَّفْسِيّ أو المَلَلِ أَوِ التَّوَتُّرِ، وإنْ كانَ قَدْ سَبقَ لِلْإنْسانِ أَنْ بَدَأَ بِتَناوُلِ "المُثَلَّجاتِ" عِنْدَما يَشْعُرُ بِالإحْباطِ؛ فَهذا يَعْني أَنَّهُ قَدْ خاضَ تَجْرِبَةَ الأَكْلِ العاطِفِيّ.

2. وفي الواقِعِ، إنَّنا لا نَتَناوَلُ الطَّعامَ دائِمًا لِإشْباعِ جوعِنا، بَلْ نَميلُ أَحيانًا لِتَناوُلِ الطَّعامِ مِنْ أَجْلِ الشُّعورِ بالرّاحَةِ، وَتَخفيفِ التَّوَتُّرِ، أَوْ مُكافَأةِ أَنْفُسِنا عَلى عَمَلٍ قُمْنا بِهِ، والمُفارَقةُ أَنَّ الأَكْلَ العاطِفيَّ لا يُساعِدُ في حَلِّ مُشْكِلاتٍ عاطِفِيَّةٍ؛ كالقَلَقِ، والتَّوتُّر، والإجْهادِ، والأَرَقِ، بَلْ إنَّهُ كَثيرًا ما يَجعَلُنا نَشْعُرُ بِالسّوءِ بِسَبَبِ الإفْراطِ في تَناوُلِ الطَّعامِ وزِيادَةِ الوَزْنِ.

3. إنَّ تَناوُلَ الطَّعامِ مِنْ وَقتٍ لِآخَرَ مِنْ أَجْلِ تَعزيزِ الطّاقَةِ، أَوْ لِلاحْتِفالِ هُوَ لَيْسَ بِالضَّرورَةِ أَمْرًا سَيِّئًا، لَكِنَّ السّوءَ يَكْمُنُ عِنْدَما يَكونُ تَناوُلُ الطَّعامِ هُوَ الآلِيَّةُ الأَساسِيَّةُ لِلتَّعامُلِ مَعَ المُشْكِلاتِ العاطِفِيَّةِ، وَعِندَما يَكونُ الدّافِعُ الأَوَّلُ هوَ فَتْحُ الثَّلّاجَةِ في حالِ الإنْزعاجِ أَوِ الغَضَبِ أَوِ الوَحْدَةِ أَوِ التَّوَتُّرِ أَوِ المَلَلِ

أَوِ التَّعَبِ، فَهذا يَعَنْي التَّوَرُّطَ بِالدُّخولِ في دائِرَةٍ غَيْرِ صِحِّيَّةٍ .

4. ولا يُمْكِنُ إِشْباعُ الجوعِ العاطِفِيّ بِالطَّعامِ، فَقدْ يَبْدو الإِنْسانُ فَرِحًا في تِلْكَ اللَّحْظَةِ، ولكِنْ لا تَزالُ المَشاعِرُ الَّتي دَفَعَتْ إِلى تَناوُلِ الطَّعامِ موجودَةً، وَعادَةً ما يَزْدادُ الشُّعورُ سوءًا عَمّا كانَ عَلَيْهِ مِنْ قَبْلُ بِسَبَبِ كَمِّيَّةِ السُّعْراتِ الحَراريّةِ غَيْرِ الضَّروريَّةِ الَّتي قامَ بِاسْتِهلاكِها، وسَيَلومُ المَرْءُ نَفسَهُ عِنْدَئِذٍ بِسَبَبِ زِيادَةِ الوَزْنِ والسُّمْنَةِ الَّتي سَتَنْتُجُ عَنْ ذلِكَ.

5. ولَعَلَّهُ مِنَ المُفيدِ أَنْ نَذْكُرَ هُنا بَعْضَ **الأَسْبابِ الشّائِعَة** لِلْحالاتِ الخاصَّةِ بِالْأَكْلِ العاطِفِيّ :

✓ **التَّوَتُّرُ :** عِندَما يَكونُ التَّوتُّرُ مُزْمِنًا، فَإِنَّهُ سَيُؤَدّي إِلى مُستَوياتٍ عالِيَةٍ مِنْ هُرْمونِ التَّوَتُّرِ (الكورتيزول) الَّذي يَتَسَبَّبُ بِالرَّغْبَةِ الشَّديدَةِ في تَناوُلِ أَطْعِمَةٍ تَحْتَوي عَلى نِسْبَةٍ عالِيَةٍ مِنَ الدُّهونِ.

✓ **المَلَلُ أَوِ الشُّعورُ بِالفَراغِ:** إِنَّ الشُّعورَ بِعدَمِ الرِّضا والقَناعَةِ والفَراغِ يَجعلُ الطّعامَ طَريقَةً لِشَغْلِ الأَفواهِ وَالأَوقاتِ.

✓ **عاداتُ مَرْحَلَةِ الطُّفولَةِ:** عِنْدَ العَودَةِ بِالذّكْرياتِ إِلى مَرحلَةِ الطُّفولَةِ يَتَذَكّرُ المَرْءُ أَهْلَهُ وَهُمْ يُكافِئونَ سُلوكَهُ الجَيّدَ بِالمُثَلَّجاتِ، أَوِ المُعَجَّناتِ، أَوِ الحَلْوى، وَعادَةً تَستَمِرُّ عاداتُ الأَكْلِ في مَرحلَةِ الطُّفولَةِ المُستَنِدَةِ عَلى العَواطِفِ إِلى مَرحلَةِ البُلوغِ.

✓ **التَّأْثيراتُ الاجْتِماعِيَّةُ:** يُعَدُّ الاجْتِماعُ مَعَ الآخَرينَ لِتَناوُلِ وَجبَةِ طَعامٍ طَريقَةً رائِعَةً لِلتَّخْفيفِ مِنْ حِدَّةِ التَّوَتُّرِ، ولكِنَّهُ أَيْضًا يُؤَدّي إِلى الإِفْراطِ في الأَكْلِ، لِأَنَّ الطَّعامَ مُتَوَفِّرٌ بِكَثْرَةٍ.

6. وَمِنْ أَجْلِ إِيقافِ الأَكْلِ العاطِفِيّ وإِنْقاصِ الوَزْنِ يَجِبُ إِيجادُ بَدائِلَ عَنِ الطَّعامِ، فَعِنْدَ **شُعورِ الإنسان بِالإِحْباطِ أَوْ الوَحْدَةِ**، يُمْكِنُهُ اسْتِدْعاءُ الذِّكْرَياتِ الجَميلَةِ، أَوِ التَّواصُلُ مَعَ الأَشْخاصِ الَّذينَ يُشْعِرونَ غَيْرَهُمْ بِالفَرَحِ والسُّرورِ؛ وذلِكَ لِلتَّخَلُّصِ مِنْ تِلْكَ المَشاعِرِ السَّلْبِيَّةِ،أمّا عِنْدَ **الشُّعورِ بِالقَلَقِ**

الكُرَةُ المُضادَّة للتَّوتُّر

والتّوَتُّرِ فيَجِبُ تَبديدُ طاقَةِ التَّوتُّرِ عَنْ طَريقِ مُمارَسَةِ الرِّياضَةِ المُفَضّلَةِ، أَوْ عَصْرِ الكُرةِ المُضادّةِ لِلتَّوَتُّرِ أَوْ مُمارسَةِ المَشْيِ السَّريعِ، ثُمَّ إِنَّ تَناوَلَ فِنْجانٍ مِنَ الشّايِ السّاخِنِ، أَوِ الاسْتِحْمامَ، سَيَكونُ لَهُ تَأْثيرٌ جَيّدٌ في القَضاءِ على **الإِجْهادِ**.

7. وثَمَّةَ صِلَةٌ مُباشِرَةٌ بَيْنَ قِلَّةِ النَّوْمِ وبَيْنَ التَّوَتُّرِ والإِفْراطِ في الأَكْلِ وزِيادَةِ الوَزْنِ، فُهُناكَ هُرْمونانِ في الجَسَدِ يَقومانِ بِتَنْظيمِ الشُّعورِ الطَّبيعِيّ بِالجوعِ والشِّبَعِ، حَيْثُ يَقومُ هُرْمونُ (غريلين) بِتَحْفيزِ الشَّهِيَّةِ، بَيْنَما يُرْسِلُ هُرْمونُ (ليبتين) إِشاراتٍ إِلى الدِّماغِ عِنْدَ الشُّعورِ بِالشِّبَعِ، وَعِندَما لا يَحْصُلُ الإِنْسانُ عَلى مِقْدارٍ كافٍ مِنَ النَّوْمِ فَسَتَرْتَفِعُ لَدَيْهِ مُستَوياتُ هُرْمونِ (غريلين) مِمّا سَيَعْمَلُ عَلى تَحْفيزِ الشَّهِيَّةِ والرَّغْبَةِ في تَناولِ طَعامٍ أَكْثَرَ مِنَ المُعتادِ، وَسَتَنْخَفِضُ مُسْتَوَياتُ هُرمونِ (ليبتين)، وهذا يَعْني عَدَمَ الشُّعورِ بِالشِّبَعِ.

8. وهكَذا فَإِنَّ الحَياةَ تَكونُ أَكْثَرَ قيمَةً عِنْدَما يَنْفَتِحُ المَرْءُ عَلى نَفْسِهِ عاطِفِيًّا، وَيَكونُ أَكثرَ وَعْيًا بِمَصْلَحَتِهِ وَصِحَّتِهِ؛ لِأَنَّ مَشاعِرَنا نافِذَةٌ إِلى عالَمِنا الدّاخِلِيّ، وَهِيَ الَّتي تُساعِدُنا عَلى فَهْمِ رَغباتِنا وذَواتِنا، وهِيَ حَصانَتُنا ضِدَّ أَخطارِ الأَكْلِ العاطِفِيّ الَّتي قَدْ تُداهِمُنا في أَيّةِ مَرحلَةٍ مِنْ مَراحِلِ حَياتِنا.

https://www.mayoclinic.org/ar/healthy-lifestyle

بتصرّف

ولا يُمْكِنُ إشْباعُ الجوعِ العاطِفِيّ بِالطَّعامِ، فَقدْ (يَبْدو) (الإنْسانُ) (فَرِحًا) في تِلْكَ اللَّحْظَةِ". ما الوَظيفَةُ" النَّحْوِيَّةُ لِلْكَلِماتِ المَحْصورَةِ بَيْنَ قَوْسَيْنِ كَبيرَيْنِ، عَلى التَّرْتيبِ؟

a. فِعْلٌ ماضٍ/ فاعِلٌ / تَمْييزٌ.

b. فِعْلٌ مُضارِعٌ/ فاعِلٌ / حالٌ. ✓

c. فِعْلٌ مُضارِعٌ/ فاعِلٌ/ مَفْعولٌ بِهِ.

d. فِعْلٌ ماضٍ / نائِبُ فاعِلٍ / مَفْعولٌ مُطْلَقٌ.

ما الفِكْرَةُ الَّتي لَمْ يَتَضَمَّنْها النَّصُّ؟

a. النَّهَمُ للطَّعامِ ناتِجٌ عَنِ الرَّغْبَةِ بِتَخْفيفِ المَشاعِرِ السَّلْبِيَّةِ.

b. ✓ النِّساءُ أَكْثَرُ عُرْضَةً لِلْوُقوعِ ضَحِيَّةَ الأَكْلِ العاطِفِيِّ.

c. الشُّعورُ بِالفَراغِ يَجْعَلُ الطَّعامَ طَريقَةً لِشَغْلِ الأَفْواهِ.

d. ارْتِباطُ التَّوَتُّرِ بِزِيادَةِ إِفْرازاتِ هُرْمونِ (الكورتيزول).

ما الرِّسالَةُ المُضمَّنَةُ في الفِقْرَةِ الأَخيرَةِ مِنَ النَّصِّ؟

a. الدَّعْوَةُ إِلى تَأْنيبِ الضَّميرِ في حالَةِ الأَكْلِ العاطِفِيِّ.

b. ✓ الدَّعْوَةُ إِلى الوَعْيِ بِأَهَمِّيَةِ الصِّحَّةِ والتَّنَبُّهِ إِلى خُطورَةِ الأَكْلِ العاطِفِيِّ.

c. مُواجَهَةُ ظُروفِ الحَياةِ وَمُشكلاتِها بِالْأَكْلِ العاطِفِيِّ.

d. الانْفِتاحُ العاطِفِيُّ عَلى النَّفْسِ، ومُكافَأَتُها بِالإِفْراطِ في الأَكْلِ.

لايَتَوَقَّفُ زَميلُكَ عَنْ تَناوُلِ الطَّعامِ عِنْدَما يَخْرُجُ مَعَ أَصْدِقائِهِ في رِحلَةٍ تُبْسَطُ فيها الموائِدُ العامِرَةُ (بِالمَأْكولاتِ). - إلى أَيِّ سَبَبٍ مِنْ أَسْبابِ الأَكْلِ العاطِفِيِّ تُشيرُ هذِهِ الحالَةُ؟

a. عاداتُ مَرحَلَةِ الطُّفولَةِ.

b. ✓ التَّأْثيراتُ الاجْتِماعِيَّةُ.

c. المَلَلُ والشُّعورُ بِالفَراغِ.

d. شِدَّةُ التَّوَتُّرِ والقَلَقُ.

ما البَديلُ المُناسِبُ عَنِ الطَّعامِ عِنْدَ الشُّعورِ بِالإِجْهادِ؟

a. اسْتِـــدْعاءُ الذِّكْرَياتِ الجَـــميلَةِ.

b. ✓ تَناوُلُ فِنْجانٍ مِنَ الشّايِ السّاخِنِ.

c. مُمـــارسَةُ المَشْـــيِ الـــسَّـــريعِ.

d. عَـــصْـــرُ الكُرةِ المُضادَّةِ لِلتَّـــوَتُّرِ.

ما الوَظيفَةُ الَّتي يُؤَدّيها هُرْمونُ (ليبتين) في جِسْمِ الإِنْسانِ؟

a. تَحْفيزُ الشَّهِيَّةِ عِنْدَ الجُلوسِ إِلى مائِدَةِ الطَّعامِ.

b. إِرْسالُ إِشاراتٍ إِلى الدِّماغِ عِنْدَ الشُّعورِ بِالحاجَةِ إِلى النَّوْمِ.

c. ✓ إِرْسالُ إِشاراتٍ إِلى الدِّماغِ عِنْدَ الشُّعورِ بِالشِّبَعِ.

d. تَحْفيزُ عَمَلِ هُرمونِ الـ (غريلين) عِنْدَ الشُّعورِ بِالتَّوَتُّرِ.

لِماذا يَلومُ الإِنْسانُ نَفْسَهُ في حالَةِ الأَكْلِ العاطِفيِّ؟

a. لِأَنَّهُ تَأَلَّمَ مِنَ الأَطْعِمَةِ كَثيرَةِ السُّعُراتِ.

b. لِأَنَّهُ سَيُعاني مِنَ التَّوَتُّرِ وقِلَّةِ النَّوْمِ.

c. ✓ لِأَنَّهُ سَيُعاني مِنَ السُّمْنَةِ وزِيادَةِ الوَزْنِ.

d. لِأَنَّهُ اشْتَرى الأَطْعِمَةَ غالِيَةَ الثَّمَنِ.

ما التَّعْريفُ المُناسِبُ لِمَفْهومِ الأَكْلِ العاطِفِيِّ؟

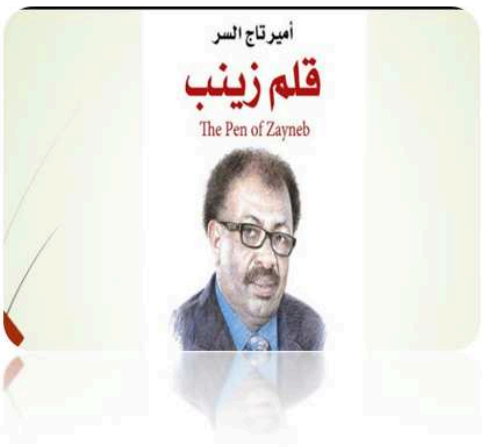
a. تَناوُلُ الطَّعامِ لِتَوْفيرِ الاحْتِياجاتِ الغِذائِيَّةِ لِلْإِنْسانِ.

b. تَحْفيزُ الشَّهِيَّةِ بِتَناوُلِ مَشْروباتٍ تُساعِدُ عَلى الهَضْمِ.

c. ✓ تَناوُلُ الطَّعامِ مِنْ أَجْلِ الشُّعورِ بِحالَةٍ نَفْسِيَّةٍ أَفْضَلَ.

d. تَثْبيطُ الشَّهِيَّةِ والرَّغْبَةِ في تَناوُلِ طَعامٍ أَقَلَّ مِنَ المُعْتادِ.

قَلَمُ زَيْنَبَ



جَلَسَ الشّاويشُ (خَضْرُ) أَمامي رافِعًا صَدْرَهُ إِلى أَعْلى، وَهُوَ يُرَدِّدُ:

- لَسْتُ مَريضًا يا دكتور، وَلكِنّي جِئْتُ أُبَشِّرُكَ.
- تُبَشِّرُني بِماذا؟
- لَقَدْ اعْتَقَلْنا صاحِبَكَ المُحْتالَ (إِدْريسَ).
- اعْتَقَلْتُموهُ؟ مَتى؟ وَكَيْفَ؟

نَهَضْتُ مِنْ مِقْعَدي، وَأَنا لا أُصَدِّقُ تِلْكَ البُشْرى السَّعيدَةَ، الَّتي جاءَتْ مِنْ رَجُلٍ قالَ ذاتَ يَوْمٍ إِنَّهُ لا يُوْجَدُ (إِدْريسُ) ولا مَتاريسُ في هذا المكانِ الَّذي يَخْبُرُهُ جَيِّدًا، هَلْ حَقًّا حَدَثَ ذلِكَ؟

طَبْعًا اعْتَقَلْناهُ، وَمُتَلَبِّسًا أَيْضًا بِالاحْتِيالِ عَلى (عائِشَةَ)، يُحاوِلُ سَرِقَةَ عَنْزَةٍ مِنْها.. وَسَتَذْهَبُ مَعي لِتَتَعَرَّفَهُ. هَلْ تَعْرِفُ (عائِشَةَ)؟

- لا.
- غَيْرُ مُهِمٍّ .. إِنَّها مُجَرَّدُ امْرَأَةٍ لَدَيْها عَنْزَةٌ.
- وَكَيْفَ عَرَفْتُمْ أَنَّهُ المَطْلوبُ؟
- عَيْبٌ يا دكتور..هذا شُغْلُنا .. هَلْ أَسْأَلُكَ كَيْفَ تَعْرِفُ انْتِفاخَ (القولون)، وَانْفِجارَ المَرارَةِ؟

كانَ يَقولُ، وَيَتَحَسَّسُ بِيَدِهِ بَطْنًا ناتِئًا، مُنْتَفِخًا بِالغازاتِ، لا يُشْبِهُ بُطونَ العَسْكَريّينَ في شَيءٍ، وَقَدْ حاوَلْتُ مُقارَنَتَهُ في تِلْكَ اللَّحْظَةِ، بِالعَقيدِ (عُمَرَ)، ذي الجَسَدِ الباسِقِ، وَالقامَةِ الصُّلْبَةِ، وَلَمْ أَجِدْ رابِطًا.

- وَأَيْنَ هُوَ الآنَ؟

- عِنْدَنا في القِسْمِ، تَحْتَ حِراسَةِ (تولاب).
- آسفُ حَضْرَةَ الشّاويشِ .... لكِنَّكَ أَخْبَرْتَني مِنْ قَبْلُ بِأَنَّ لا وُجودَ لِـ (إِدْريسَ) في هذِهِ المِنْطَقَةِ، هَلْ تَذْكُرُ؟

لَمْ يَتَكَدَّرْ كَما كُنْتُ أَتَوَقَّعُ، وَلا تَغَيَّرَتْ مَلامِحُهُ الباسِمَةُ .. رَدَّ بِثِقَةٍ:

- نَعَمْ، لا يُوْجَدُ مُجْرِمٌ اسْمُهُ (إِدريسُ) وَلا مَتارِيسُ في مِنْطَقَتي، وَأَعْرِفُ أَنَّكَ بَحَثْتَ بِنَفْسِكَ يَوْمًا بِرِفْقَةِ ضابِطٍ كَبيرٍ مِنَ الجَيْشِ، وَلَمْ تَعْثُرْ عَلَيْهِ .. الأَخْبارُ تَصِلُ يا دكتور، وهذا المُجْرِمُ دَخيلٌ عَلى الحَيّ ..لا يُقيمُ فيهِ.

هَزَمَني بِلا شَكٍّ، وَالرَّجُلُ القَديمُ ذو الشَّريطِ المُتَأَرْجِحِ الَّذي يَعْمَلُ في قِسْمٍ بائِسٍ، ما ظَنَنْتُهُ بِهذا الاعْتِدادِ حَتّى وهُوَ يَأْمُرُني صَراحَةً ذاتَ يَوْمٍ، بِأَلّا أُرَدِّدَ كَلِمَةَ الفَشَلِ أَمامَهُ.

أَخْبَرْتُ عِزَّ الدّينِ بِتِلْكَ التَّطَوُّراتِ الجَديدَةِ، رَجَوْتُهُ أَنْ يَصْرِفَ باقِيَ المَرْضى، إِنْ كانَ ثَمَّةَ مَرْضى بِالخارِجِ، وَكانَتْ الصّالَةُ لِحُسْنِ الحَظِّ خالِيَةً، وَلا يُوْجَدُ اسْمٌ جَديدٌ عَلى الدَّفْتَرِ. أَغْلَقْنا العِيادَةَ، وَانْطَلَقْنا بِالعَرَبَةِ إِلى قِسْمِ الشُّرْطَةِ، وَلَمْ يَنْسَ الشّاويشُ(خَضْرُ) أَنْ يَغْفُوَ هذِهِ المَرَّةَ أَيْضًا، وَلِمُدَّةِ دَقيقَتَيْنِ فَقَط، وَأَنْ يُرَدِّدَ وَنَحْنُ نَهْبِطُ أَمامَ القِسْمِ، بِأَنَّ العَرَبَةَ مُريحَةٌ، فَقَطْ كانَ زَميلُهُ الشّابُّ يَحْرُسُ المُتَّهَمَ داخِلَ القِسْمِ، وَلَمْ يَسْتَطِعِ الخُروجَ لِتَأْدِيَةِ التَّحِيَّةِ المُضْحِكَةِ في اسْتِقْبالِهِ.

كانَ (إِدْريسُ عَلِيّ) الَّذي تَمَّ اعْتِقالُهُ مُتَلَبِّسًا بِسَرِقَةِ عَنْزَةِ (عائِشَةَ)، جالِسًا عَلى الأَرْضِ، مُقَيَّدَ اليَدَيْنِ وَالقَدَمَيْنِ، وَيَتَلَفَّتُ في هَلَع، وَكانَ لِدَهْشَتي الشَّديدَةِ، شَخْصًا آخَرَ، شَخْصًا مُخْتَلِفًا تَمامًا عَنِ المَطْلوبِ. صَحيحٌ أَنَّهُ نَحيلٌ وَمَنْكوشُ الشَّعْرِ، وَيَرْتَدي زِيَّ جُنودِ الصّاعِقَةِ المُرَقَّعَ، لكِنَّ وَجْهَهُ مُخْتَلِفٌ غايَةَ الاخْتِلافِ، إِنَّهُ وَجْهُ صَبِيٍّ في الثّامِنَةِ أَوِ التّاسِعَةَ عَشَرَةَ، عَلَيْهِ جُرْحٌ قَديمٌ بِفِعْلِ سِكّينٍ أَوْ مِطْواةٍ، وَفي عَيْنَيْهِ رَمَدٌ وَدُموعٌ.

- هَلْ هذا هُوَ المُحْتالُ؟

صَرَخْتُ في الشّاويشِ مُنْفَعِلًا.

- نَعَمْ هُوَ.. هَلْ تَشُكُّ في ذلِكَ؟

- طَبْعًا أَشُكُّ .. هذا صَبِيٌّ مِسْكينٌ، وَلَيْسَ (إِدْريسَ) النَّصابَ.

- كَيْفَ؟

بَدَأَ الشّاويشُ يَهْتَزُّ، وَخِلْتُ شَريطَهُ المُثْبَّتَ بِالخُيوطِ، سَيَنْفَلِتُ مُجَدَّدًا بِفِعْلِ اهْتِزازِهِ، لَقَدْ انْهَزَمَ بِلا شَكٍّ، حينَ أَلْقى القَبْضَ عَلى صَبِيٍّ جائِع، وَما زالَ ثَمَّةَ مُحْتالٌ كَبيرٌ وَوَعْرٌ بَعيدًا عَنْ يَدَيْهِ، أَشْفَقْتُ عَلى الصَّبِيِّ، وَالشّاويشِ، وَالشُّرْطِيِّ الشّابِّ (تولاب) الَّذي نَهَضَ مِنْ مِقْعَدِهِ وَاقْتَرَبَ مِنَ الصَّبِيِّ، وَأَمْسَكَ بِيَدَيْهِ المُقَيَّدَتَيْنِ، وَخِلْتُهُ سَيُحَرِّرُهُ تَحْتَ ضَغْطِ المُفاجَأَةِ، لكِنَّهُ تَوَقَّفَ، وَأَخَذَ يَنْظُرُ إِلى رَئيسِهِ بِغَباءٍ، وَلَمْ يَنْطُقِ الشّاويشُ بِأَيَّةِ كَلِمَةٍ إِضافِيَّةٍ، وَاسْتَجابَ لِرَجائي بِلا جِدالٍ حينَ طَلَبْتُ إِلَيْهِ أَنْ يَقْبَلَ بِكَفالَتي للصَّبِيِّ، وَيُطْلِقَهُ فَوْرًا، فَشَرَعَ في إِجْراءاتِ الإِفْراج عَنْهُ، وَخَرَجْنا مِنَ القِسْمِ، وَقَدْ مَنَحْتُ الصَّبِيَّ عِدَّةَ جُنَيْهاتٍ، وَطَلَبْتُ إِلَيْهِ أَنْ يَعودَ إِلى أَهْلِهِ، وَلا يُكَرِّرَ السَّرِقَةَ، وَكانَ مِنْ أُسْرَةٍ فَقيرَةٍ كما أَخْبَرني، وَجائِعًا، وَيَدْرُسُ في إِحْدى المَدارِس الثّانَوِيَّة. كانَ ما لَفَتَ نَظَري في تِلْكَ اللَّحْظَةِ، أَنَّ قَلَمًا شَبيهًا بِقَلَمِ (زَيْنَبَ) كانَ يَطُلُّ مِنْ جَيْبِ قَميصِهِ المُمَزَّقِ.

نَعَمْ، لا يُوْجَدُ مُجْرِمٌ اسْمُهُ إِدريسُ وَلا (مَتارِيسُ) في "مِنْطَقَتي". ما مُفْرَدُ الكَلِمَةِ المَحْصورَةِ بَيْنَ قَوْسَيْنِ كَبيرَيْنِ؟

a. مِتْرَسٌ

b. تُرْسٌ

c. تَرَسانَةٌ

d. مِتْراسٌ ✓

ما الدَّليلُ الَّذي ساقَهُ الطَّبيبُ عَلى اسْتِقْواءِ الشّرْطَةِ عَلى الضُّعفاءِ في مُجْتَمَعِهِ؟

a. ✓ أنَّ الشّاويشَ (خضر) قَبَضَ عَلى الصَّبِيِّ المِسْكينِ، بَيْنَما تُرِكَ المُحْتالونَ طُلَقاءَ.

b. أنَّ الشّاويشَ (خضر) قَبَضَ عَلى الصَّبِيِّ ؛ لِيَدُلَّهُ عَلى المُحْتالِ (إِدْريس عَلِيّ).

c. أنَّ الشّاويشَ (خضر) قَبَضَ عَلى المُحْتالينَ، لِيَنالوا عِقابَهُمْ في السِّجْنِ.

d. أنَّ الشّاويشَ (خضر) قَبَضَ عَلى المُحْتالينَ، بَيْنَما عَفا عَنِ الصَّبِيِّ المِسْكينِ.

ما المُقْتَطَفُ الدّالُّ عَلى تَدَخُّلِ الطَّبيبِ لِإِطْلاقِ سَراحِ الصَّبِيِّ؟

a. ✓ اسْتَجابَ لِرَجائي بِلا جِدالٍ حينَ طَلَبْتُ إِلَيْهِ أَنْ يَقْبَلَ بِكَفالَتي للصَّبِيِّ.

b. مَنَحْتُ الصَّبِيَّ عِدَّةَ جُنَيْهاتٍ، وَطَلَبْتُ إِلَيْهِ أَنْ يَعودَ إِلى أَهْلِهِ.

c. أَلْقى القَبْضَ عَلى صَبِيٍّ جائِعٍ، وَما زالَ ثَمَّةَ مُحْتالٌ كَبيرٌ وَوَعْرٌ بَعيدًا عَنْ يَدَيْهِ.

d. كانَ مِنْ أُسْرَةٍ فَقيرَةٍ كما أَخْبَرَني، وَجائِعًا، وَيَدْرُسُ في إِحْدى المَدارِسِ الثّانَوِيَّةِ.

ما الصِّفَةُ الَّتي لا يَشْتَرِكُ بِها الصَّبِيُّ المُتَّهَمُ بِالسَّرِقَةِ مَعَ (إدْريس عَلِيّ)؟

a. رَمَدُ العَيْنَيْنِ. ✓

b. نُحولُ الجِسْمِ.

c. ارْتِداءُ زِيِّ جُنودِ الصّاعِقَةِ المُرَقَّعِ .

d. انْتِكاشُ الشَّعْرِ.

ما الَّذي لَفَتَ نَظَرَ الطَّبيبِ بَعْدَ إطْلاقِ سراحِ الصّبِيّ؟

a. ✓ أنَّ الصَّبِيَّ يَحْمِلُ في جَيْبِهِ قَلَمًا شَبيهًا بِقَلَمِ زَيْنَبَ.

b. أنَّ الصَّبِيَّ كانَ يَرْتدي قَميصًا مُمَزَّقًا.

c. أنَّ الصَّبِيَّ مَضى دونَ أنْ يَشْكُرَهُ عَلى مَعْروفِهِ مَعَهُ.

d. أنَّ الصَّبِيَّ طالِبٌ في المَرْحَلَةِ الثّانَوِيَّةِ.

ما الحَدَثُ الَّذي جاءَ أَوَّلًا فيما يَأْتي؟

a. ✓ إِغْلاقُ الطَّبيبِ العِيادَةَ لِمُرافَقَةِ الشّاويشِ.

b. مَنْحُ الطَّبيبِ عِدَّةَ جُنَيْهاتٍ للصَّبِيِّ.

c. وُصولُ الطَّبيبِ إِلى قِسْمِ الشُّرْطَةِ.

d. الإِفْراجُ عَنِ الصَّبِيِّ الَّذي حاوَلَ سَرِقَةَ العَنْزَةِ.

ما الحَدَثُ المِحْوَرِيُّ في هذا المُقْتَطَفِ؟

a. ✓ اصْطِحابُ الشّاويشِ الطَّبيبَ إِلى قِسْمِ الشُّرْطَةِ للتَّعَرُّفِ إِلى (إِدْريس علي).

b. الانْطِلاقُ بِالعَرَبَةِ إِلى قِسْمِ الشُّرْطَةِ بَعْدَ إِغْلاقِ الطَّبيبِ لِعِيادَتِهِ.

c. حِراسَةُ الشُّرْطِيِّ الشّابِّ (تولاب) الصَّبِيَّ الَّذي حاوَلَ سَرِقَةَ العَنْزَةِ.

d. مُحاوَلَةُ الصَّبِيِّ الجائِعِ سَرِقَةَ عَنْزَةِ امْرَأَةٍ فَقيرَةٍ اسْمُها عائِشَةُ.

مِنْ خِلالِ فَهْمِكَ أَحْداثَ الرِّوايَةِ: أَيْنَ الْتَقى الطَّبيبُ مَعَ المُحْتالِ (إدْريسَ عَلِيّ) أَوَّلَ مَرَّةٍ؟

a. في المُسْتَشْفى الكَبيرِ بِمَدينَةِ (بورتْسودان).

b. في مَرْكَزِ الشُّرْطَةِ بِمَـــدينَةِ (بورتْسودان).

c. ✓ في عِيــادَةِ الطَّبــيبِ بِــحَيِّ النّــورِ الشَّــعْبِيِّ.

d. في عِيادَةِ الشَّيْخِ (الحَلْمان) بِــحَيِّ المَرْغَـنِيَّةِ.