



اللغة العربية - السادس ابتدائي

النص الوظيفي 1-3 : التكنولوجيا وسمنة الأطفال

الأستاذ: العلمي المرابطي

الفهرس

I- النص

II- المعجم اللغوي

III- أسئلة الفهم

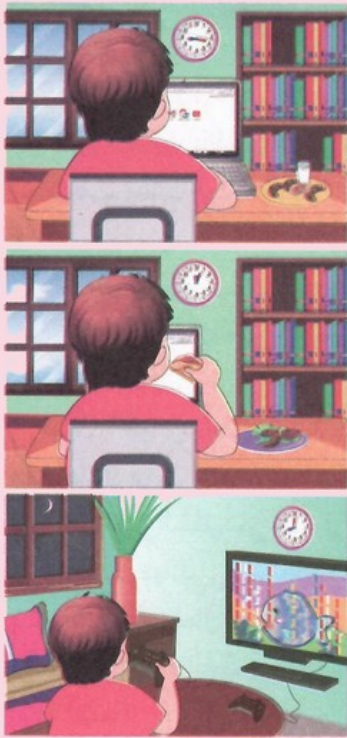
IV- التحليل

V- التركيب

---

I- النص

التكنولوجيا وسمنة الأطفال



خِلالَ العُقُودِ الثَّلَاثَةِ الأَخِيرَةِ، وَصَلَ تَعْدَادُ حَالَاتِ السُّمْنَةِ لَدَى الأَطْفَالِ وَالأَبَالِغِينَ فِي العَالَمِ حَدَّ الأَوْبَاءِ. وَيُعَانِي رُبُعُ الأَبَالِغِينَ الأَيُّومَ مِنَ السُّمْنَةِ، وَهُنَاكَ تَقْدِيرَاتٌ بِوُصُولِ هَذِهِ النِّسْبَةِ إِلَى النِّصْفِ لَدَى المُرَاهِقِينَ، خِلالَ العُقُودِ الأَقْدِمَةِ.

وَلَا بُدَّ هُنَا مِنَ التَّمْيِيزِ بَيْنَ أَمْرَيْنِ، هُمَا: السُّمْنَةُ، وَالأَزْيَادَةُ فِي الأَوْزَنِ؛ فَأَمَّا السُّمْنَةُ، فَيَتِمُّ تَعْرِيفُهَا عَلَى أَنَّهَا زِيَادَةُ فِي الأَنْسِجَةِ الأَدْهِنِيَّةِ فِي الجِسْمِ بِالنِّسْبَةِ إِلَى الأَسْنِّ وَالجِنْسِ. وَتَقْدِيرُ دَرَجَةِ السُّمْنَةِ فِي جِسْمِ الإنسانِ، يَمْفُودِرُنَا الإِسْتِعَانَةَ بِقِيَاسِ وَزْنِ الجِسْمِ بِالكِيلُوغَرَامَاتِ، مَفْسُومًا عَلَى مُرَبَّعِ طُولِ الشَّخْصِ.

وَتَنْجُمُ مُعْظَمُ حَالَاتِ السُّمْنَةِ لَدَى الأَطْفَالِ عَنِ سُمْنَةٍ سَابِقَةٍ هِيَ نِتَاجٌ لِمُؤَثِّرَاتٍ وَرَائِيَّةٍ وَبِئْسِيَّةٍ؛ بِحَيْثُ يُؤَثِّرُ العَامِلُ الوراثِيُّ بِشَكْلِ كَبِيرٍ عَلَى كَثَايَةِ الأَدْهِنِيَّاتِ فِي جِسْمِ الطِّفْلِ، تَبَعًا لِطَرِيقَةِ الأَكْلِ، وَخَرَقِ السُّعْرَاتِ الأَحْرَارِيَّةِ.

وَساهِمَ التَّنَطُّورُ التَّكْنُولُوجِيُّ الأَهَائِلُ فِي تَفْصِيَّاتِ الأَعْلَامِ، وَاسْتِعْمَالُ الإِنْتِزَنِاتِ بِشَكْلِ مُفْرِطٍ لِلغَايَةِ؛ فِي زِيَادَةِ السُّمْنَةِ لَدَى الأَطْفَالِ، بِسَبَبِ مُبَالَغَتِهِمْ، وَمُنْذُ سِنِّ مُبَكَّرَةٍ جَدًّا، فِي الأَجْلُوسِ لِمُدَّةٍ طَوِيلَةٍ أَمَامَ الأَحْاسُوبِ، وَالمُبَالَغَةِ فِي اسْتِعْمَالِ الأَهْوَاتِفِ الأَدْكِيَّةِ وَالأَلْعَابِ الإِلِكْتُرُونِيَّةِ، فِي غِيَابِ تَامِّ لِلخَرَكَةِ.. كُلُّ هَذَا، وَغَيْرُهُ، يُضَاعِفُ فُرْصَ الإِصَابَةِ بِهَذَا المَرَضِ لَدَى الأَطْفَالِ وَالأَبَالِغِينَ.

وَقدْ أَتَبَّتْ الأَبْحَاثُ العِلْمِيَّةُ أَنَّ التَّكْنُولُوجِيَا المُزْتَبِطَةَ بِصِنَاعَةِ الأَهْوَاتِفِ الأَدْكِيَّةِ، وَالأَحْواسِبِ وَالأَلْعَابِ الإِلِكْتُرُونِيَّةِ، لَهَا الكَثِيرُ مِنَ العَوَاقِبِ السَّلْبِيَّةِ عَلَى صِحَّةِ الأَطْفَالِ الَّذِينَ يُذْمِنُونَ الأَجْلُوسَ أَمَامَ هَذِهِ الأَوْسَائِلِ لَيْلَ نَهَارٍ؛ غَيْرَ عَابِثِينَ بِأَنَّ أَجْسَامَهُمُ الأَصْغِيرَةَ يَزْدَادُ وَزْنُهَا كُلَّمَا طَالَ جُلُوسُهَا أَمَامَ هَذِهِ الأَوْسَائِلِ. وَهَذَا وَاجِدٌ مِنَ أْبْرَزِ المَخَاطِرِ الَّتِي تُشَكِّلُهَا التَّكْنُولُوجِيَا الأَحْدِيثَةُ عَلَى صِحَّةِ الطِّفْلِ وَنُمُوهُ السَّوِيِّ..

وَلِعِلاجِ مَرَضِ السُّمْنَةِ لَدَى الأَطْفَالِ، يَنْصَحُ الأَطْبَاءُ، بِثَلَاثِ طُرُقٍ مِنَ العِلاجِ؛ هِيَ: عِلاجُ السُّمْنَةِ بِالأَتْعَادِيَّةِ؛ وَتَكُونُ بِالأَجْزِصِ عَلَى تَنَاوُلِ وَجَبَاتٍ غِذَائِيَّةٍ مُتَوَازِنَةٍ، وَالأَثْقَالِ مِنَ اسْتِهْلَاكِ الأَدْهِنِيَّاتِ؛ خُصُوصًا الأَدْهُونَ الأَحْيَوَانِيَّةِ، وَالأَمْتِنَاعِ عَنِ تَنَاوُلِ الأَغْذِيَّةِ المُشْبَعَةِ بِالسُّعْرَاتِ الأَحْرَارِيَّةِ. وَمِنْ طُرُقِ العِلاجِ أَيْضًا، مَا يُعْرَفُ بِعِلاجِ السُّمْنَةِ السُّلُوكِيِّ؛ وَهُوَ الَّذِي يَفْتَضِي أَتْبَاعَ عَادَاتِ سَلِيمَةٍ فِي حَيَاةِ الطِّفْلِ؛ كَالتَّخْفِيفِ مِنْ هَذَا الإِذْمَانِ المُفْرِطِ لِلتَّكْنُولُوجِيَا الأَحْدِيثَةِ، خَاصَّةً فِي جَانِبِهَا المُزْتَبِطِ بِالأَجْلُوسِ المُتَوَاصِلِ، دُونَ خَرَكَةٍ، وَلسَاعَاتٍ طَوِيلَةٍ، أَمَامَ شَاشَةِ الأَحْاسُوبِ، أَوْ الأَهْوَاتِفِ الأَدْكِيَّةِ أَوْ الأَلْعَابِ الإِلِكْتُرُونِيَّةِ..

أَمَّا العِلاجُ عَنِ طَرِيقِ النِّشَاطِ البَدَنِيِّ، فَيَكُونُ بِالأَرْفَعِ مِنَ مُسْتَوَى إِنتِاجِ الطَّاقَةِ، وَالأَزْيَادَةِ فِي سَاعَاتِ الخَرَكَةِ الجَسَدِيَّةِ؛ الشَّيْءُ الَّذِي لَنْ يَنْزُكَ مَجَالًا لِزِيَادَةِ الأَوْزَنِ، عَكْسَ السُّلُوكِ الَّذِي يَجْعَلُ الأَطْفَالَ، دُونَ خَرَكَةٍ، أَمَامَ هَوَاتِفِهِمُ الأَدْكِيَّةِ، أَوْ أَلْعَابِهِمُ الإِلِكْتُرُونِيَّةِ.

مَوْقِعُ: ([www.dailymedicalinfo.com/view](http://www.dailymedicalinfo.com/view))، (بِنَصْرِفِ).

لِحِسَابِ دَرَجَةِ السُّمْنَةِ فِي جِسْمِ الْإِنْسَانِ، تُنَجِزُ الْعَمَلِيَّةُ الْآتِيَّةُ:

يُبَيِّنُ الْجَدْوَلُ الْآتِي دَرَجَةَ السُّمْنَةِ عِنْدَ شَخْصَيْنِ يَخْتَلِفَانِ فِي الطَّوْلِ:

الْوَزْنُ بِالْكِيلُوغَرَامِ									
72	67	63	62	59	53	52	48	44	الشَّخْصُ الْأَوَّلُ، طَوْلُهُ 1,45 مِثْرًا
122	98	73	72	67	63	59	55	53	الشَّخْصُ الثَّانِي، طَوْلُهُ 1,56 مِثْرًا
بَدَانَةٌ		وَزْنُ مُفْرَطٍ			وَزْنُ صِحِيٍّ				
50	40	30	29	27	25	24	22	19	مَوْشُرُ كُنْتَلَةِ الْجِسْمِ

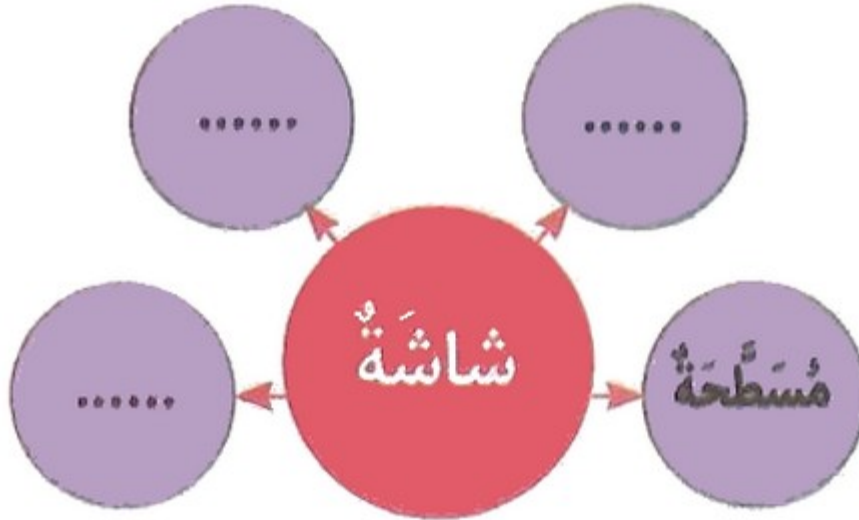
أَحْسَبُ كُنْتَلَةَ جِسْمِ شَخْصٍ يَبْلُغُ مِنَ الطَّوْلِ 1,45 مِثْرًا، وَيَبْزَنُ 70 كِيلُوغَرَامًا:

$$\frac{70}{1,45 \times 1,45} = 33,3$$

فِي أَيِّ خَانَةٍ نُصَنَّفُ وَزْنَ هَذَا الشَّخْصِ؟

## II- المعجم اللغوي

- أَضِيفُ الصِّفَاتِ الْمُنَاسِبَةَ لِكَلِمَةِ : شَاشَةٌ.
- أَبْحَثُ فِي مُعْجَمِي اللَّغَوِيِّ عَن مَعْنَى : السُّغْرَاتُ الْخَرَارِيَّةُ.
- أَبْحَثُ فِي أَحَدِ الْقَوَامِيْسِ عَن مَعْنَى : الْوَبَاءُ.



## III- أسئلة الفهم

- عَمَّ يَتَحَدَّثُ النَّصُّ؟
- بِمَ عَرَّفَ الْكَاتِبُ السُّمْنَةَ؟
- مَا أَسْبَابُ السُّمْنَةِ لَدَى الْأَطْفَالِ؟
- كَيْفَ سَاهَمَ التَّطَوُّرُ التَّكْنُولُوجِيُّ فِي زِيَادَةِ السُّمْنَةِ لَدَى الْأَطْفَالِ؟
- كَيْفَ يَتِمُّ عِلَاجُ حَالَاتِ السُّمْنَةِ لَدَى الْأَطْفَالِ؟

## IV- التحليل

- أرتب الأفكار الآتية؛ بحسب ورودها في النص:
- الأمور التي تُضاعف حالات السمنة.
  - التمييز بين السمنة والزيادة في الوزن.
  - علاج مرض السمنة لدى الأطفال.

## V- التركيب

- أخص النص على شكل خطاطية: (الموضوع، المسببات، النتائج، العلاج).