



اللغة العربية - السادس ابتدائي

النص الوظيفي 1-3 : التكنولوجيا وسمنة الأطفال

الأستاذ: العلمي المرابطي

الفهرس

I- النص

II- المعجم اللغوي

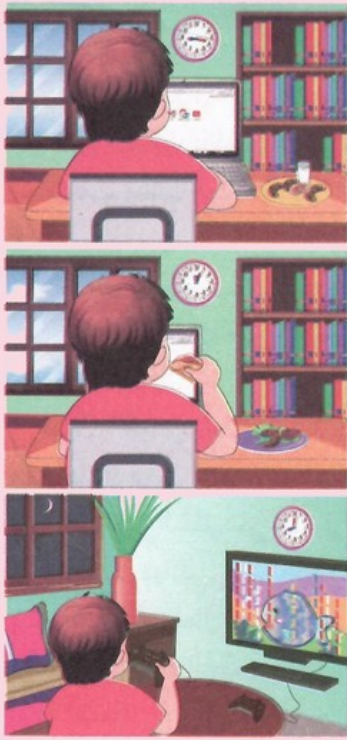
III- أسئلة الفهم

IV- التحليل

V- التركيب

I- النص

التكنولوجيا وسمنة الأطفال



خِلَالَ الْعُقُودِ الثَّلَاثَةِ الْأَخِيرَةِ، وَصَلَ تَعْدَادُ حَالَاتِ السُّمْنَةِ لَدَى الْأَطْفَالِ وَالْبَالِغِينَ فِي الْعَالَمِ حَدَّ الْوَبَاءِ. وَيُعَانِي رُبُعُ الْبَالِغِينَ الْيَوْمَ مِنَ السُّمْنَةِ، وَهُنَاكَ تَقْدِيرَاتٌ بِوُصُولِ هَذِهِ النِّسْبَةِ إِلَى النِّصْفِ لَدَى الْمُرَاهِقِينَ، خِلَالَ الْعُقُودِ الْقَادِمَةِ.

وَلَا بُدَّ هُنَا مِنَ التَّمْيِيزِ بَيْنَ أَمْرَيْنِ، هُمَا: السُّمْنَةُ، وَالزِّيَادَةُ فِي الْوُزْنِ؛ فَأَمَّا السُّمْنَةُ، فَيَتِمُّ تَعْرِيفُهَا عَلَى أَنَّهَا زِيَادَةٌ فِي الْأَنْسِجَةِ الدَّهْنِيَّةِ فِي الْجِسْمِ بِالنِّسْبَةِ إِلَى السِّنِّ وَالْجِنْسِ. وَلِتَقْدِيرِ دَرَجَةِ السُّمْنَةِ فِي جِسْمِ الْإِنْسَانِ، يَمْقُودِرْنَا الْإِسْتِعَانَةُ بِقِيَاسِ وَزْنِ الْجِسْمِ بِالْكِلوغَرَامَاتِ، مَقْسُومًا عَلَى مَرْتَبَعِ طُولِ الشَّخْصِ.

وَتَنْجُمُ مُعْظَمُ حَالَاتِ السُّمْنَةِ لَدَى الْأَطْفَالِ عَنْ سُمْنَةٍ سَابِقَةٍ هِيَ نِتَاجٌ لِمُؤَثَّرَاتٍ وَرَائِيَّةٍ وَبِئْسِيَّةٍ؛ بِحَيْثُ يُؤَثِّرُ الْعَامِلُ الْوَرِاثِيُّ بِشَكْلِ كَبِيرٍ عَلَى كَثَايَةِ الدَّهْنِيَّاتِ فِي جِسْمِ الطِّفْلِ، تَبَعًا لِطَرِيقَةِ الْأَكْلِ، وَخَرَقِ السُّعْرَاتِ الْحَرَارِيَّةِ.

وَسَاهَمَ التَّنَطُّورُ التَّكْنُولُوجِيُّ الْهَائِلُ فِي تَفْصِيَّاتِ الْإِعْلَامِ، وَاسْتِعْمَالِ الْإِنْتِزِنِيَّةِ بِشَكْلِ مُفْرِطٍ لِلْغَايَةِ؛ فِي زِيَادَةِ السُّمْنَةِ لَدَى الْأَطْفَالِ، بِسَبَبِ مُبَالِغَتِهِمْ، وَمُنْذُ سِنِّ مُبَكَّرَةٍ جَدًّا، فِي الْجُلُوسِ لِمُدَّةٍ طَوِيلَةٍ أَمَامَ الْحَاسُوبِ، وَالْمُبَالِغَةِ فِي اسْتِعْمَالِ الْهَوَاتِفِ الدَّكِّيَّةِ وَالْأَلْعَابِ الْإِلِكْتُرُونِيَّةِ، فِي غِيَابِ تَامِّ لِلْحَرَكَةِ.. كُلُّ هَذَا، وَغَيْرُهُ، يُضَاعِفُ فُرْصَ الْإِصَابَةِ بِهَذَا الْمَرَضِ لَدَى الْأَطْفَالِ وَالْبَالِغِينَ.

وَقَدْ أَتَبَتِ الْأَبْحَاثُ الْعِلْمِيَّةُ أَنَّ التَّكْنُولُوجِيَا الْمُرْتَبِطَةَ بِصِنَاعَةِ الْهَوَاتِفِ الدَّكِّيَّةِ، وَالْحَوَاسِبِ وَالْأَلْعَابِ الْإِلِكْتُرُونِيَّةِ، لَهَا الْكَثِيرُ مِنَ الْعَوَاقِبِ السَّلْبِيَّةِ عَلَى صِحَّةِ الْأَطْفَالِ الَّذِينَ يُذْمِنُونَ الْجُلُوسَ أَمَامَ هَذِهِ الْأَوْسَائِلِ لَيْلَ نَهَارٍ؛ غَيْرَ عَابَثِينَ بِأَنَّ أَجْسَامَهُمْ الصَّغِيرَةَ يَزْدَادُ وَزْنُهَا كُلَّمَا طَالَ جُلُوسُهَا أَمَامَ هَذِهِ الْأَوْسَائِلِ. وَهَذَا وَاجِدٌ مِنْ أْبْرَزِ الْمَخَاطِرِ الَّتِي تُشَكِّلُهَا التَّكْنُولُوجِيَا الْحَدِيثَةُ عَلَى صِحَّةِ الطِّفْلِ وَنُمُوهِ السَّوِيِّ..

وَلِعِلَاجِ مَرَضِ السُّمْنَةِ لَدَى الْأَطْفَالِ، يَنْصَحُ الْأَطِبَاءُ، بِثَلَاثِ طُرُقٍ مِنَ الْعِلَاجِ؛ هِيَ: عِلَاجُ السُّمْنَةِ بِالتَّغْذِيَّةِ؛ وَتَكُونُ بِالْحِرْصِ عَلَى تَنَاوُلِ وَجَبَاتٍ غِذَائِيَّةٍ مُتَوَازِنَةٍ، وَالتَّخْفِيفِ مِنَ اسْتِهْلَاكِ الدَّهْنِيَّاتِ؛ خُصُوصًا الدَّهُونِ الْحَيَوَانِيَّةِ، وَالْإِمْتِنَاعِ عَنْ تَنَاوُلِ الْأَغْذِيَّةِ الْمَشْبَعَةِ بِالسُّعْرَاتِ الْحَرَارِيَّةِ. وَمِنْ طُرُقِ الْعِلَاجِ أَيْضًا، مَا يُعْرَفُ بِعِلَاجِ السُّمْنَةِ السُّلُوكِيِّ؛ وَهُوَ الَّذِي يَفْتَضِي اتِّبَاعَ عَادَاتٍ سَلِيمَةٍ فِي حَيَاةِ الطِّفْلِ؛ كَالْتَّخْفِيفِ مِنْ هَذَا الْإِذْمَانِ الْمَفْرِطِ لِلتَّكْنُولُوجِيَا الْحَدِيثَةِ، خَاصَّةً فِي جَانِبِهَا الْمُرْتَبِطِ بِالْجُلُوسِ الْمَتَوَاصِلِ، دُونَ حَرَكَةٍ، وَلِسَاعَاتٍ طَوِيلَةٍ، أَمَامَ شَاشَةِ الْحَاسُوبِ، أَوْ الْهَوَاتِفِ الدَّكِّيَّةِ أَوْ الْأَلْعَابِ الْإِلِكْتُرُونِيَّةِ..

أَمَّا الْعِلَاجُ عَنْ طَرِيقِ النَّشَاطِ الْبَدَنِيِّ، فَيَكُونُ بِالرَّفْعِ مِنْ مُسْتَوَى إِنتَاجِ الطَّاقَةِ، وَالزِّيَادَةِ فِي سَاعَاتِ الْحَرَكَةِ الْجَسَدِيَّةِ؛ الشَّيْءُ الَّذِي لَنْ يَنْزُكَ مَجَالًا لِيَزِيدَ الْوُزْنَ، عَكْسَ السُّلُوكِ الَّذِي يَجْعَلُ الْأَطْفَالَ، دُونَ حَرَكَةٍ، أَمَامَ هَوَاتِفِهِمْ الدَّكِّيَّةِ، أَوْ أَلْعَابِهِمْ الْإِلِكْتُرُونِيَّةِ.

مَوْقِعُ: (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			مَوْشُرُ كُنْتَلَةِ الْجِسْمِ
50	40	30	29	27	25	24	22	19	

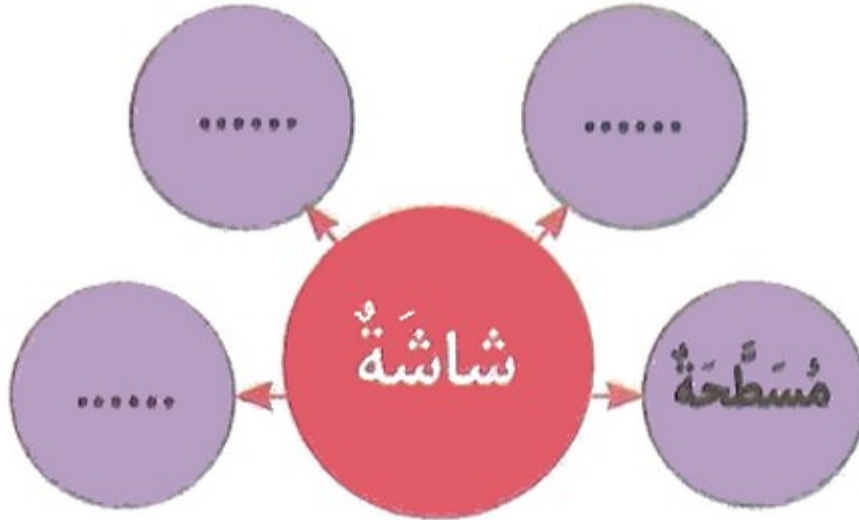
أَحْسَبُ كُنْتَلَةَ جِسْمِ شَخْصٍ يَبْلُغُ مِنَ الطَّوْلِ 1,45 مِثْرًا، وَيَبْزَنُ 70 كِيلُوغَرَامًا:

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

فِي أَيِّ خَاتِمَةٍ 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).