

أختبر معلوماتي

1. أذكر نشاطين من الأنشطة الرياضية التي كانت تُمارس في عهد النبي صلى الله عليه وسلم.

- التَّسَابُقُ بِرَمِي السَّهَامِ.
- التَّسَابُقُ فِي الرِّكْضِ.

2. أعلل ما يأتي:

أ . شجّعنا الإسلام على ممارسة الأنشطة الرياضية.

• للمحافظة على صحّتنا البدنية والنفسية والعقلية

ب. أمرنا الإسلام بتجنب الأخلاق المذمومة أثناء ممارسة الأنشطة الرياضية.

• لأنها تثير الفتن بين أفراد المجتمع،

3. أدلل على ما يأتي:

أ . أهمية الرياضة في الترويح عن النفس.

• عَنْ عَائِشَةَ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهَا أَنَّهَا قَالَتْ: سَابَقْتُ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ فَسَبَقْتُهُ، فَلَمَّا حَمَلْتُ اللَّحْمَ سَابَقْتُهُ، فَسَبَقَنِي، فَقَالَ: (هَذِهِ بَنَاتُكَ).

ب. دعوة النبي صلى الله عليه وسلم إلى المحبة والتسامح عند ممارسة الرياضة.

• عَنْ عَائِشَةَ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهَا أَنَّهَا قَالَتْ: سَابَقْتُ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ فَسَبَقْتُهُ، فَلَمَّا حَمَلْتُ اللَّحْمَ سَابَقْتُهُ، فَسَبَقَنِي، فَقَالَ: (هَذِهِ بَنَاتُكَ).

4. أصنّف السلوكات الآتية إلى سلوك (صحيح أو غير صحيح)، مع تصويب السلوك غير الصحيح:

أ . (غير صحيح) انفقَت ميسونٌ ولى على أن تدفعَ الخاسرةَ للرابحةِ مبلغًا من المال.

ينبغي ألا تدفع الخاسرة مبلغًا من المال.

ب. (غير صحيح) يرمي يزن الحجارة على القطط ليتعلم الرمي.

يتعلم على شيء ليس كائنًا حيًّا ولا يؤذي أحدًا به.

ج . (صحيح) تشارك لين في سباق الخيل.

د . (غير صحيح) يهمل عمادٌ دروسه؛ لانشغاله بتعزيز مهارته في لعبة الشطرنج.

ينبغي أن يوازن بين الدروس والمهارات الأخرى.

هـ. (غير صحيح) يستخدم حسان قوّته البدنيّة؛ لإخافة أبناء حيّه.

ينبغي أن يستخدم حسان قوّته البدنيّة؛ لإعانة أبناء حيّه.

5. أَسْتَنْتِجُ فائِدَةً مِنْ فَوَائِدِ مِمَارَسَةِ الرِّيَاضَةِ مِنْ قَوْلِ الرِّسُولِ صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: (الْمُؤْمِنُ الْقَوِيُّ خَيْرٌ وَأَحَبُّ إِلَى اللَّهِ مِنَ الْمُؤْمِنِ الضَّعِيفِ).

يشجّعنا رسولنا الكريم صلى الله عليه وسلم على العناية بأجسامنا.