

تعاير كتابية

5 إبتدائي

5AP

تعبير كتابي عن شهر رمضان

شهر رمضان أكثر أشهر السنة بركةً على الإطلاق، ففيه أنزل الله تعالى القرآن الكريم، ويعتبر صيامه فريضةً، فهو أحد أركان الإسلام، فيه تغلق أبواب النار وتفتح أبواب الجنة، وصيامه كاملاً يكفر الذنوب والخطايا، وفيه يتصدق المسلمون على الفقراء والمساكين، وفيه ليلة القدر، والتي اعتبرها الله تعالى خير من ألف شهر. كما له فوائد صحية على جسم الإنسان، كثيرة حيث إنه ينشط عمل الجهاز الهضمي ويعالج مشاكله المختلفة، ويساهم في إنقاص الوزن الزائد، وذلك من خلال حرق الدهون الزائدة في الجسم، كما يخلص الجسم من السموم، إضافة لذلك فهو يخلص الإنسان من العديد من العادات السيئة،

فعلينا أن نستغل هذا الشهر بشكل جيد من خلال قراءة القرآن، والتسبيح، والاستغفار، وقيام الليل، وفعل الخير، فذلك يعود علينا بالحسنات والخير والتوفيق من الله.

تعبير كتابي عن المدرسة



إن المدرسة هي مصدر النور لعقولنا وعيوننا بما تفتحه علينا من نور الإيمان؛ وذلك بتعلم أصول اللغة العربية من قراءة وكتابة، التي تنير لنا الطريق في جميع مجالات الحياة فيها نتعلم التاريخ والجغرافيا والحساب والكثير من المواد الأخرى التي هي من أساسيات الحياة بمختلف المجالات. فالمدرسة يتخرج منها المعلم والطبيب والمهندس... ممن ينير الطريق للأجيال القادمة. ففي المدرسة تنمى الهوايات والمهارات المختلفة عند التلاميذ من رسم وأشغال يدوية وغير ذلك من الإبداعات التي يبتكرونها.

إن المدرسة وما تقدمه لنا من تربية وأخلاق فمن الواجب علينا المحافظة عليها، وأن نقدر الدور الذي تقوم به في بناء الأسرة والمجتمع، لذلك لا بد أن يسود التعاون بين المدرسة والأسرة، والتحلي بالقدوة الصالحة في القول والعمل، لتكون الأمة خير أمة أخرجت للناس.

الصَّيْفُ مَوْسِمُ الْأَسْفَارِ

إِنَّ الشَّيْخَ مُهِمَّ فِي حَيَاةِ الْإِنْسَانِ، إِذْ يَرَى وَيَكْتَشِفُ أَثْنَاءَهُ أَشْيَاءَ وَمَنَاطِرَ لَمْ يَكُنْ قَدْ رَأَاهَا مِنْ قَبْلُ، وَيَتَعَرَّفُ عَلَى أَنَاسٍ لَمْ يَسْبِقْ لَهُ أَنْ التَّقَى بِهِمْ.

فِي عُظْلَةِ الصَّيْفِ الْمَاضِي زُرْتُ رُقُقَةَ أَبِي مَدِينَةٍ جَمِيلَةٍ تَرَكْتُ فِي نَفْسِي أَثْرًا كَبِيرًا، فَصِرْتُ أَفْكُرُ فِيهَا مِنْ حِينٍ لآخر، وَأَشْتَاقُ لِرُؤُوسِهَا مَرَّةً أُخْرَى، فَقَدْ أَعْجَبْتَنِي شَوَارِعُهَا الْوَاسِعَةُ النَّظِيفَةُ، وَعِمَارَاتُهَا الشَّاهِقَةُ الْبَدِيعَةُ. فَلَا كِتَابَةَ عَلَى جُذْرَانِهَا وَلَا مَلَابِسَ عَلَى شُرَفَاتِهَا، أَمَّا ذَكَائِكُهَا، فَذَاتُ وَاجِهَاتٍ عَجِيبَةٍ قَدْ رُتِبَتْ فِيهَا سِلَعٌ مُتَنَوِّعَةٌ مُضَاءَةٌ بِالْفَوَانِيسِ الْكَهْرُبَائِيَّةِ الَّتِي تَشْتَعِلُ وَتَنْطَفِئُ، فَمَا أَجْمَلَ هَذِهِ الْمَدِينَةَ ! إِنَّهَا حَقًّا الْمَدِينَةُ الَّتِي يَتَمَنَّاها كُلُّ مُوَاطِنٍ.

بَقِينَا نَتَجَوَّلُ فِي هَذِهِ الْمَدِينَةِ مِنْ حَيٍّ إِلَى آخَرَ، وَمِنْ حَدِيقَةٍ إِلَى أُخْرَى، فَمَا لَبِثْتُ أَنْ سَأَلْتُ وَالِدِي عَنْ سَبَبِ بَهَاءِ هَذِهِ الْمَدِينَةِ، فَأَجَابَنِي: «هُوَ شُعُورُ الْمَوَاطِنِ بِمَسْئُولِيَّتِهِ، وَأَدَائِهِ لَوَاجِبَاتِهِ».

الخدمة الوطنية

إنّ استقلال بلادنا وسلامة وطننا وتقدّم شعبنا هي مسؤولية كلّ الجزائريين،
وحبّ الوطن والذود عنه والرفع من شأنه واجب مقدّس على كلّ مواطن،
ومن بين هذه الواجبات الخدمة الوطنية فعلى كلّ مواطن واجب حماية البلاد،
والمحافظة على استقلالها وسيادتها وعلى سلامة التراب الوطني.
وتهدف الخدمة الوطنية إلى إعداد المواطن للدفاع عن حوزة الوطن
والمشاركة في التنمية الشاملة للبلاد والمساهمة في نشر السلم، إن تأنيّة
الخدمة الوطنية حق وواجب يفرضه الدستور والقانون على المواطنين الذين
تتوفر فيهم الصفات المطلوبة.

إنّ الجيش الوطني في خدمة الشعب وتحت تصرف الحكومة بحكم وفائه
لتقاليد الكفاح من أجل التحرير الوطني. وهو يتولى الدفاع عن أراضي
الجمهورية. ويسهم في مناحي النشاط السياسي والاقتصادي والاجتماعي
للبلاد. فالخدمة الوطنية واجب وشرف. ولنعمل بقول الشاعر

لنا وطن بأنفسنا نقيه وبالديننا العريضة نفتديه



نأسس أمين

الوطنية تعمل و لا تتكلم

الوضعية الثامنة : التلوث ظاهرة عرفت انتشارا واسعا في الآونة الأخيرة وأصبحت تهدد البشرية جمعاء وقد

أسهم في انتشار الكثير من الجراثيم التي تسبب الكثير من الأمراض للناس منها : أمراض الجهاز التنفسي ،
والتهابات الجلدية ، الأمراض الوبائية الفتالة التي تنتشر بسرعة في الوسط البيئي ، ويبقى الإنسان السبب
الرئيس لانتشار هذه الظاهرة بفعل ما يقوم به من أعمال ، فإطلاق النخان والمنتجات الغازية في الهواء الطلق
يتسبب في التلوث الجوي ، وانسكاب السوائل ورمي المنتجات والمواد الكيميائية في المياه يؤدي إلى التلوث
المائي ، وأما ما يتركه من مخلفات المصانع أو الفضلات المتراكمة من البيوت فينتج عنه ما يعرف بالتلوث
الأرضي . لذلك على الإنسان أن يتحمل نتيجة تصرفاته ويسرع لإصلاح ما أفسده قال الله تعالى : "ظَهَرَ الْفَسَادُ فِي
الْبَرِّ وَالْبَحْرِ بِمَا كَسَبَتْ أَيْدِي النَّاسِ لِيُذِيقَهُمْ بَعْضَ الَّذِي عَمِلُوا لَعَلَّهُمْ يَرْجِعُونَ " إن المحافظة على هذا الكوكب من
التلوث مهمة الجميع كبارا وصغارا يجب أن تتكاتف البشرية جميعا للحفاظ على كوكبنا ، بيتنا الذي نعيش فيه
ونعمره بدون فساد من أجل أن نعيش جميعا حياة صحية سالمة

قِيَمَةُ الْوَقْتِ

للوقت قيمة كبرى في حياة الإنسان ، كيف لا والله عز وجل قد أقسم به في الكثير من السور للدلالة على عظمته ؟ ، لذلك على كل مسلم أن يحسن اغتنامه و استغلال وقت فراغه فيما يفيد و ينفع . الوقت يمضي سريعا فلا يعود أبدا لذلك عليك أن تنظم وقتك كما يجب ، عليك أن تقضيه في طلب العلم ومصاحبة المجدين المثابرين للاستفادة منه . ناهيك عن المطالعة المفيدة ، فإن ضاع وقتك لن تستطيع شراءه حتى بكنوز الدنيا ، الوقت نعمة الله علينا وفي هذه النعمة يتساوى الفقير و الغني المجد و الفاشل ، العليل والقوي ، الكبير و الصغير ، فمن أحسن استغلاله فاز في الدنيا و الآخرة ومن ضيعه خسر الدنيا و الآخرة ، فقتل الوقت في الباطل مفسدة و قتله في الفائدة منفعة و الوقت كالذهب إن لم تغتنمه في الخير ذهب . فاهلموا نغتنم وقتنا في العمل الجاد الذي يدر علينا بالخير و النفع .

حافظ على وقتك.. واحترم اوقات الآخرين



قيل لأحمد بن حنبل:
كيف تعرف الكذابين ؟
قال: بمواعيدهم

قِيَمَةُ الْوَقْتِ

للوقت قيمة كبرى في حياة الإنسان ، كيف لا والله عز وجل قد أقسم به في الكثير من السور للدلالة على عظمته ؟ ، لذلك على كل مسلم أن يحسن اغتنامه و استغلال وقت فراغه فيما يفيد و ينفع . الوقت يمضي سريعا فلا يعود أبدا لذلك عليك أن تنظم وقتك كما يجب ، عليك أن تقضيه في طلب العلم ومصاحبة المجدين المثابرين للاستفادة منه . ناهيك عن المطالعة المفيدة ، فإن ضاع وقتك لن تستطيع شراءه حتى بكنوز الدنيا ، الوقت نعمة الله علينا وفي هذه النعمة يتساوى الفقير و الغني المجد و الفاشل ، العليل والقوي ، الكبير و الصغير ، فمن أحسن استغلاله فاز في الدنيا و الآخرة ومن ضيعه خسر الدنيا و الآخرة ، فقتل الوقت في الباطل مفسدة و قتله في الفائدة منفعة و الوقت كالذهب إن لم تغتنمه في الخير ذهب . فاهلموا نغتنم وقتنا في العمل الجاد الذي يدر علينا بالخير و النفع .

حافظ على وقتك.. واحترم اوقات الآخرين



قيل لأحمد بن حنبل:
كيف تعرف الكذابين ؟
قال: بمواعيدهم

تعبير كتابي عن الغش



يعتبر الغش من أخطر الظواهر التي يواجهها المجتمع ، فالغش له آثار خطيرة على جميع المستويات ، ومما زاد خطورته أنه بدأ يتفشى وينتشر بكثرة بين التلاميذ ، أصبح يمارس في المراحل الابتدائية ووصولاً إلى مرحلة الجامعة . فلهذه الظاهرة أسباب كثيرة ، نذكر منها على سبيل المثال ضعف الوازع الديني ، وإهمال الوالدين لأبنائهم المتمثل بعدم إرشادهم ونصحهم وحثهم على الدراسة ، فالغش له نتائج سلبية كبيرة على المجتمع ككل ، فقد يكون أداة هدم وليس أداة بناء وتقدم ، فالمجتمعات تترقي وتتطور بالعلم ليس بالكسل ، كما أن نتائجه تكون بتعويد الطلبة على الكذب والخداع والخيانة وذلك لتبرير موقفهم وفعلهم أثناء الغش .

لذا نحذر الجميع من الغش كما قال رسولنا الكريم (من غشنا فليس منا) وعلينا أن نخدم وطننا ونبنيه بالعلم حتى يكون مجتمع متطور ومتقدم ومزدهر ويفتخر بأبنائه .

تعبير كتابي عن المعلم

إن المعلم شعلة منيرة تنير الدرب لجميع الأجيال، وهو السفينة التي تبحر في بحور المعرفة لينهل الطلاب منها. فما من عبارات مدح و شكر تفي حق هذا الشخص الذي كرس أغلب أوقاته لينقل تلاميذه من ظلمة الجهل إلى نور العلم والمعرفة، ليمسي في آخر نهاره متعباً منهكاً منتظراً بشوق فجر يوم جديد يبني به جيلاً واعياً متعلماً قادراً على التمييز بين الصواب والخطأ.

ما زالت أبحث عن ما أقوله للمعلم، ذلك المنير لدروب الظلام، فما أعظمه من شخص يحاول بجد ودأب أن ينشر المعلومات والخبايا من دون أن يسأم أو يمل. يقضي الساعات واقفاً على قدميه اللتين قد تقرحتا من التعب؟ فشكراً يا معلّمي.

قُم للمعلم وفه التبجيلا
كاد المعلم أن يكون رسولا

أهمية الماء



• الماء شريان الحياة و لا نستطيع العيش بدونه وهو عنصر هام لحياة الانسان والحيوان و النباتات وتتعرض المياه في وقتنا الحاضر لأخطار عديدة كالتلوث و الاستنزاف و التملح لذلك يتحتم علينا ضرورة الاهتمام بها و ترشيد استهلاكها و العمل على تنميتها و الحفاظ على مصادرها و مواردنا .

التعاون

إن للتعاون دور هام في إنجاز الأعمال بأقل جهد وفي أقل وقت ممكن فكلما كان العمل صعبا كان التعاون حلا للقضاء على تلك الصعوبة ، كما أنه ينشر روح المحبة و التعاطف بين أفراد المجتمع فيسهم في تماسكه ويزيد من قوته ، فيسعى الجميع إلى التطور و الازدهار ، وهكذا يحقق الفرد مع الجماعة أفضل مما يستطيع تحقيقه بنفسه فالرسول صلى الله عليه و سلم يقول : " يد الله مع الجماعة " و يقول سبحانه و تعالى : (وَتَعَاوَنُوا عَلَى الْبِرِّ وَالتَّقْوَىٰ وَلَا تَعَاوَنُوا عَلَى الْإِثْمِ وَالْعُدْوَانِ).



نماذج في التعبير الكتابي

تعبير عن الأم

الأم كلمة صغيرة مملوءة بالأمل والحب، وكل ما في القلب البشري من الرقة والحلاوة والغذوبة، وهي ينبوع الحنان، والرافة، والشفقة، والغفران، فالذي يفقد أمه يفقد صدراً يسند إليه رأسه، ويداً تباركه وعيناً تحرسه.

كم سهرت لنام؟ وكم جاعت لنشبع؟ كم شقت لئسعد؟
فهي رحمة من رب العالمين، والأم جعل الله الجنة تحت أقدامها، وجعل النظرة إلى وجهها عبادة، وجعل رضاها من رضاه

قال تعالى: "ووصينا الإنسان بوالديه إحساناً، حملته أمه كرهاً ووضعته كرهاً وحمله وفصاله ثلاثون شهراً".

اللهم أبعدنا عن عقوق الوالدين وعقوق الأم، واجعلها دائماً راضية مرضية عنا، فمهما قلنا لا نستطيع أن نوفيها حقها.

تعبير كتابي عن العمل

العمل هو أساس الحياة التي نعيشها، به نسمو ونحصل على قوتنا وأرزاقنا، لذلك ننبذ الكسل والخمول، ونحث على السعي في طلب الرزق؛ فالإنسان الكسول الذي لا يعمل يُصبح شحيحاً، فنعمل، ونجد، ونجتهد، كي نكون أشخاصاً منتجين وفعالين في المجتمع، لا نعيش عالة على غيرنا، مجرد مستهلكين ومتواكلين. بالعمل تعمّر الأرض، ويعلو البنيان، ويزهو وجه الحياة، ويُصبح لدينا جيل واع، يعرف ما له وما عليه، ولا يثكل على غيره في تحصيل مصروفه، بل يتعب لأجل رفعة نفسه وأهله ووطنه، لأن العمل هو المصدر الرئيسي الذي يُحصّل الإنسان من خلاله على النقود التي تعتبر وسيلة لتسيير أمور الحياة، وقضاء الحاجات. ترتفع قيمة الإنسان بقيمة العمل الذي يؤديه، فمن يؤدي عمله بلا إتقان يصبح عمله بلا قيمة ودن فائدة؛ لأن الله يحب أن يتقن العبد عمله، ويؤديه على أكمل وجه، كما أن العمل يرفع من المستوى المعيشي، والاقتصادي، والثقافي للإنسان، ويغنيه عن طلب الناس، والتذلل لهم.

تعبير كتابي عن الجار

الجار

الجار هو الشخص الذي يجاورك ويكون قريب منك، سواء كان في السكن أو في محيط العمل أو في المحلات التجارية، وقد اهتم الإسلام بتنظيم العلاقة مع الجيران ببعضهم، وقد أعطاها الإسلام الاهتمام الكبير. فليس هناك من يستطيع ان يعيش وحده دون المخالطة مع الناس أو التعامل مع جيرانه.

وللجار حقوق ليست فقط منع الاذى عنه، بل تعني احتمال اذى الجار، ومشاركته مناسباته ومواساته وقت الشدة والاحزان، وذلك أن حق الجار على الجار حقوق تشبه حقوق الارحام والأقارب، المتمثلة في الزيارة، وتبادل الهدايا، والوقوف الى جانبه وقت الشدائد والمصائب. ومن الأحاديث التي توضح هذا التعامل قول رسول الله ﷺ: ما زال جبريل يوصيني بالجار حتى ظننت أنه سيورثه).

تعبير كتابي عن يوم الشهيد 18 فيفري

لقد خصصت العديد من الدول يوماً في العام وأسموه يوم الشهيد ليكون هذا اليوم رمزاً للاحتفال بالشهداء الذين رُفت أرواحهم إلى السماء، رغم أن يوماً واحداً في العام لا يفي للشهيد حقه أبداً، ولا تكفيه كل أيام العام للاحتفال به واستذكار مآثره لأن الشهيد هو أنبل الناس وأكثرهم كرماً، لأنه قدم روحه رخيصةً لأجل الحق والفضيلة، ولأن الشهيد هو نبراس الأمل المضيء الذي يرشد الناس إلى طريق النصر والتحرير، فالشاهد حين دافع عن دينه ووطنه وأمته لم يحسب حساب الحياة أبداً، وإنما دافع بكل ما فيه ليظفر بإحدى الحسنين، فإما نصرٌ مبين، وإما شهادةٌ في سبيل الله، فهنيئاً لكل شهيد. فبتضحية الشهيد ارتفعت راية الأوطان، وانتصر على الباطل والظلم وعلا صوت الحق والعدل، فرسالة الشهيد تحمل في طياتها كل معاني الشرف والإباء، وتضرب أروع الأمثلة في التضحية، فلا حياة لأمة دون تضحية شهدائها.

الماء نعمة

إن الماء من أعظم النعم التي أنعم الله بها على مخلوقاته ، فهو الغذاء والهواء سواء ، فلا حياة بدونه ، والماء يوجد بكثرة في باطن الأرض ، وهو يغطي مساحات شاسعة من سطحها ، وقد تيسر للإنسان منذ أقدم العصور نقل المسافرين والبضائع من بلد إلى آخر ، عبر البحار والأنهار ، وتحتل المياه من أعالي الشلالات فتولد عنها طاقة كهربائية عظيمة ، استخدمها الإنسان في العصر الحديث لإضاءة المدن والقرى وتشغيل الأجهزة والآلات المتنوعة ، ويزداد استخدام هذه الطاقة ويتوسع يوماً بعد يوم .

الوضعية السادسة: الوقت : الوقت أهم ما في حياة الإنسان ولأهميته أقسم الله به تعالى في مواضع كثيرة من كتابه ، بل سمى سورة كاملة به وهي سورة العصر فقال الله تعالى : " والعصر إن الإنسان لفي خسر إلا الذين آمنوا وعملوا الصالحات وتواصوا بالحق وتواصوا بالصبر " وأوصانا النبي ﷺ : " اغتَم خمساً قبل خمس وذكر منها فراغك قبل شغلك وشبابك قبل هرمك " ، بل أخبر النبي ﷺ أن من الأمور التي يغبن فيها الكثير من الناس الصحة والفراغ " فلأهميته الكبيرة علينا أن نحافظ عليه فيما ينفعنا في الدنيا والآخرة من الجد والاجتهاد وطلب العلم وحل الواجبات وحفظ القرآن الكريم وأداء الرياضات المفيدة وغيرها من الأعمال الصالحة ، وبالرغم ما للوقت من هذه الأهمية العظمى فكثير من التلاميذ يضيعونه فيما لا ينفع كما قال الشاعر الوقت أنفس ما عنت بحفظه وأراه أسهل ما عليك يضيع ، فحافظوا يا أصدقائي على الوقت ولا تضيعوه فيما لا ينفع لأن الوقت إذا ضاع فلن يعود أبدا .

تعبير كتابي عن الأنترنت

تطوّر العلم تطوراً هائلاً فأصبح فيه العالم قرية صغيرة، وتطورت فيه وسائل الاتصال بين القارات والدول، حيث أصبح العالم كأنه بين أيدينا. تعتبر شبكة الإنترنت من أفضل الاختراعات التي قدمت الخدمة للبشر، في هذا العصر، حيث نرى التطوّر التقني والتكنولوجي، وكذلك الأمر في أنظمة الاتصالات والمواصلات كل ذلك ساهم في تقديم النفع للإنسان، لكن بالمقابل لم نسلم من بعض الأضرار التي أعقبتها وسائل التطوّر... منها إضاعة الوقت الكبير و استخدامها من قبل المراهقين لمشاهدة الصور الإباحية، وتكوين العصابات الإجرامية وإهمال العبادات الدينية وتأخيرها عن وقتها. لذلك فالأنترنت سلاح ذو حدين يجب علينا أن نستخدمه فيما يعود علينا بالنفع والخير.

الأم

الأم أغلى ما في الوجود ، هي قرّة العين و بهجة القلب ،
هبة الرحمن التي أوصى القرآن بها لفضلها ومكانتها ومما قيل فيها
: " واخضع لأمك وأرضها فحقوقها إحدى الكبر"

، كيف لا وهي رمز للعطاء و مصدر للحنان و الرعاية ، الأم تلك
المرأة الطيبة التي لا تبخل بعطائها على أبنائها تراها كالأسد الهائج
حين يتعرض أبنائها للخطر و كالغيث في الحب الذي يجرف الأبناء
بسيله فلا يجد الأبناء مهرباً منه .

الأم هي الشمس المشرقة في حياتنا ، اللوحة الرائعة في
أعيننا الكلمة العذبة التي تنطقها شفاهاً ، الصوت الدافئ في أذننا ،
اللمسة الناعمة التي تداعبنا في الحزن وفي الفرح فنشعر
بالاطمئنان ونحن مستندين إلى حجرها نحلم أحلاماً جميلة نتمنى أن
لا نستيقظ منها ، هي الكنز الذي نسعد لامتلاكه والذي لا يقدر بثمن
فحقها علينا عظيم و برها و طاعتها واجب .

أمك ثم أمك ثم أمك ثم أبوك

عن أبي هريرة رضي الله عنه قال :

جاء رجل إلى رسول الله صلى الله عليه وسلم فقال

من أحق الناس بحسن صحابتي قال أمك

قال ثم من قال ثم أمك

قال ثم من قال ثم أمك

قال ثم من قال ثم أبوك

رواه مسلم

العمل

العمل عبادة يتقرب بها العبد من ربه ، شرف و درع واق يحمي الإنسان من الذل و المهانة التي يتعرض لها الخامل الكسول الذي ينفر منه الآخرون محاولين تجنبه أينما وجدوه كونه يشكل عالة على المجتمع .

والعمل قيمة عظمى سواء بالنسبة للفرد أو الجماعة من خلاله يفرض الإنسان وجوده و يعتز بنفسه فيكتسب احترام الغير .
وبالعمل يكسر العامل الملل و يقضي على أوقات الفراغ و ينمي خبراته و يوفر لنفسه مصدرا للرزق و القوت الذي لا ينضب ، ومن كان متفانيا مخلصا في عمله ساهم في بناء بلده ففوة الدول لا تكون إلا بتكاتف سواعد أبنائه وإخلاصهم في عملهم ولنعمل بقول الحبيب المصطفى صلى الله عليه و سلم كي ننال رضا الله وحبّه : " إن الله يحب إذا عمل أحدكم عملا أن يتقته " .



الماء

الماء سر الحياة و سبب وجود كل الكائنات الحية على سطح الارض من انسان و نبات و حيوان فهو نعمة غالية علينا كلا وله اهمية كبيره بالنسبة للجسم حيث يساعد على امتصاص و هضم الغذاء في الامعاء كما ان له اهمية كبيرة في التخلص من السموم و الفضلات بالاضافه الي انه يقي من الجلطات القلبية لان شرب الماء بكثرة يعمل على سيولة الدم كما ان شرب الماء قبل الاكل يعمل على سهولة الهضم و يمنع الامساك و يحرق الدهون الزائدة في الجسم و على العكس فان قلة الماء بالجسم تؤدي الى الخمول و الكسل.

الصدق

الصدق خلق عظيم ، اتصف به سيد الخلق محمد صلى الله عليه و سلم فسمي بالصادق الأمين ، به نقضي على " الكذب و الخداع و المكر و نصرع الباطل " صفات المنافق المذلول الذي يبغضه الجميع و ينفرون منه كما ينفر من نافخ الكير ، أما الصادق الأمين فيحببه الناس و يلتفون حوله كما يلتف الناس بحامل المسك فهو دليل على صدق الإيمان .

و الصدق خير يؤدي بصاحبه إلى الجنة و ينجيه من النار ، يورث الطمأنينة و راحة البال .

فمن كان صادقا كان صابرا فتوعا مخلصا محبا محتشما قوي القلب ثابتا لا يتزعزع جريئا شجاعا ، ولأن الرسول صلى الله عليه و سلم كان خير قدوة له .

من أسباب دخول
الجنة

كان رسول الله صلى الله عليه و سلم :

إن الصدق يهدي إلى البر
وإن البر يهدي إلى الجنة

السَّباحَةُ

السَّباحَةُ رياضةٌ ممتعةٌ و مفيدةٌ ، فهي التي تُكسِبُ الجسمَ الرشاقةَ و الحيوية ، و تُنشطُ
الدُّورةَ الدَّمويَّةَ ، كما أنها تُخلِّصُ الجسمَ من السُّمنةِ المفرطةِ ، بالإضافة إلى أنها علاجٌ لآلامِ الظهر و
التَّهابِ المفاصلِ .

و حتَّى تكونَ السَّباحَةُ مُفيدةً و نافعةً ، يتَّبَعِي ممارسةُ فنِّ العومِ بشكلٍ مُننَّظٍ ، و بمُساعدةِ مُدرِّبٍ
خاصٍّ يُوَجِّهُ و يُمَرِّنُ على كَيْفِيَّةِ ممارسةِ التَّمارينِ المنشودةِ ، و احترامِ مراحلِ إنجازِها ، و يتمُّ ذلكُ داخلَ
أنديةٍ و مسابحٍ خاصَّةٍ .

تعبير كتابي عن البيئة

البيئة المحيطة بالإنسان تتمثل في كل من الماء، والهواء، والإنسان، والحيوانات، والنباتات، وأي إختلال، في البيئة يتسبب في الكثير من المشاكل، والإنسان يُعتبر من أكبر العوامل التي تُساعد على الإختلال البيئي من خلال قتله للحيوانات، والقضاء على الغطاء النباتي، ونفث الأبخرة والغازات السامة في الهواء، وتسببت نشاطات الإنسان الكثيرة والعشوائية بثقب طبقة الأوزون، وتقليل وجود النباتات على الأرض، مما يؤدي لقلّة إنتاج الأكسجين، وحدوث أمراض كثيرة، وأهم المخاطر التي تنتج عن تلوث البيئة هي زيادة احتمالية الإصابة بالسرطانات، وأمراض الرئة، وأمراض القلب والشرايين، كما يؤدي لانقراض كثير من الكائنات الحية، ورغم هذا فإن بعض العوامل الطبيعية تسبب اختلالات بيئية أيضاً، مثل: الزلازل والبراكين. وحتى نحيا في بيئة نظيفة يجب علينا أن نكاتف جميعاً لحمايتها، وأن نبذل قصارى جهدنا لإيقاف التلوث الحاصل.

نماذج في التعبير الكتابي

ازدهار وطني

حب الوطن ليس كلمة تتردد على الشفاه انما عمل
مثمر و اداء للواجب و تضحية في ساعة العسر .
فواجب علي المساهمة في ازدهار و رقي وطني
فكم اتمنى ان اصبـح شخصا يفيد وطنه فيدخل
التاريخ و يتذكره كل الناس على مر الاجيال .اجتهد
لأفـلح في دراستي فأـمـح الجهـل و الأمية و أشارك
في الأعمال الخيرية فلا يـصـبح وجود لا لفـقـير ولا
لعاطل عن العمل وأساهم في حملات التنظيف
لأحسن من صورة بلدي وأشيد المدارس فيتعلم
كل الناس قد يقول البعض "ماذا أهذا معقول لا
يمكنك تحقيق كل هذا" لكني اعدك يا وطني بأني
ساحطم جدار المستحيل فتصبح بلدا متقدما
مزهرا .فما اروع حياة العز و الكرامة في مسقط
رأسي بلدي و وطني .

فوائد الشجرة

الشجرة كائن حي يتنفس و يتغذى ، فتجزل العطاء لمن يعتني بها
و تبخل به عن يهملها ويسيء معاملتها ، و فوائد الأشجار كثيرة لا تعد
و لا تحصى فمنها ما يوفر الصمغ و منها ما يوفر العقاقير المختلفة
و أخرى تجذبك بثمارها اللذيذة أو جمالها فتتخذها تحفة تزين بها حديقة
أو بستانك ، ناهيك عن الظل الوافر وتلطيف الجو في الحرارة الشديدة ،
والأهم من ذلك كله أنها تمدنا بالأخشاب التي تستعمل في صناعة
الأدوات وتشيد المباني وفي بعض الأعمال الفنية أو تستعمل وقودًا .

تقطع ملايين الأشجار في غابات العالم كل عام، وتنقل الكتل من هذه
الأشجار إلى المصانع لتحول إلى أخشاب تدخل في بناء المباني ، كما
تستعمل في تشكيل العديد من الأثاث . ومنها ما يحول إلى عجينة
خشبية تعالج المادة الخام الرئيسية لتصنيع الورق . إن الشجرة ثروة حقيقة
يجب الحفاظ عليها .



نماذج في التعبير الكتابي الغذاء الصحي

الغذاء الصحي هو الذي يفيد الإنسان ويمدّه بالطاقة التي تلزمه يومياً للقيام بأعماله بنشاط وحيوية، ويحسن من صحة الجسم، وهو السبيل إلى الوقاية من الكثير من الأمراض والمشاكلات الصحية، ... فيجب عدم الامتناع عن تناول أي من الأغذية التي تمد الجسم بمختلف العناصر المعدنية الضرورية للجسم، لكن هناك بعض الأغذية التي يجب التقليل من تناولها، كالأطعمة الغنية بالسكريات، والدهون، والأملاح.

لذلك يجب المحافظة على صحة الجسم وعدم تعريضه للخطر. كما يقول المثل (الوقاية خير من العلاج).

نماذج في التعبير الكتابي

التسامح

إن التسامح طريق للوصول إلى رضى الله وحب الناس وهذا يعني الاحترام، والتقدير، والقبول للصفات الإنسانية، وأشكال التعبير، وللتنوع الثقافي، كما أنه من الأمور المهمة التي حث عليها ديننا الحنيف.

وتظهر أهمية التسامح جلية في العديد من جوانب الحياة المختلفة، حيث يزيد التكافل بين أفراد المجتمع، ويبعث على الشعور بالسعادة، مما يقلل نسبة العصبية والتوتر التي تؤدي إلى انتشار الجريمة والعنف في المجتمع، فما أحوجنا إلى هذه القيمة الإجتماعية والدينية العظيمة التي تبعث الراحة والهدوء والطمأنينة بين الناس .

تعبير كتابي عن الصحراء

الصحراء هي تلك البقعة الشاسعة بجمالها الساحر وهواءها النقي وما يزيد جمالها هي الكتبان الرملية التي تبدو كرداء مهد حيري ذهبي وامتدادها اللا محدود بحيث اذ تجولت في واحاتها يذهب عقلك لروعة المنظر فيأخذك الى عالم الخيال من شساعة المكان وهدوئه اما غروب الشمس في الصحراء المتدرج لونه من البرتقالي والاحمر هو لوحة فنية من ابداع الخالق.

هي تلك الصحراء التي تنيه عبر رمالها ويحيرك مدى الأفق فيها ليس لها حدود تقيدك ولا أحجار تؤذيك، عندما تزورها تستقبلك اشجار النخيل مسطفة كأنها شرطي واقف يحييك بقدومك و الرمال كأنها بساط ذهبي لامع أما حيواناتها أشهرها الجمل يلعب بسفينة الصحراء يأخذك حيث تريد إنها نعمة من الله تعالى.

الوضعية الخامسة : الشجرة : خلق الله تعالى كل ما في الكون لمنفعة الإنسان ومن بين هذه المخلوقات الشجرة ، وقد أوجده الله فيها فوائد عديدة ، فما هي هذه الفوائد ؟ إن للشجرة فوائد كثيرة منها أنها تعطينا الثمار الناضجة التي نأكلها ونستفيد من أغصانها من جذورها صناعة الأثاث الخشبي ، كما أنها تزودنا بالأكسجين الذي نتنفسه ، فهي تنقي الهواء وتنصفه مما يضر بتنفس الإنسان ، وأيضاً نستظل بظلها في فصل الصيف الحار ، ولأجل ذلك يجب علينا الإكثار من غرس الأشجار والاعتناء بسقيها وتقليمها والحذر كل الحذر من إشعال النار في الغابات ، حيث يتسبب هذا السلوك في احتراق الكثير من الأشجار . وقد أوصانا ديننا الحنيف بغرس الأشجار لما في ذلك من الفوائد العديدة فغرسك لشجرة واستفادة الناس منها حتى الحيوانات سبب في محبة الله لك

وحصولك على الأجر والثواب قال رسول الله صلى الله عليه وسلم : " ما من مسلم يغرس غرساً أو يزرع زرعاً ، فيأكل من طير أو إنسان أو بهيمة ، إلا كان له به صدقة " .

احمد العربي

الوضعية العاشرة : الأم منذرسة إذا أعفنتها أغفنت شعباً طيب الأعراق الأم روض إن شغفها الحيا بالزى أوزق أيماء
إنراق الأم أسنأذ الأسنآذة الألى شغلث مائزهم مذى الألقى. الأم أغلى مافى الوجود هي قره العين وبهجة القلب هبة
الرحمن التى أوصى به القرآن لفضلها ومكانتها قال الله تعالى : " وقضى ربك ألا تعبدوا إلا إياه وبأولاديهن إحصاها إما يبلغن
عندك الكبر أخذهن أو يلأنهن فلا تلقن لهن أقب ولا تنهنهن وألقن لهن أقولا كريمة وأخض لهن جناح الذل من الرخصة وألقن رب
أرضهن كما ربياني صغيرا " وقال رسول الله ص لمن سألته عن أحق الناس بحسن صحبتي فقال: " أمك " . قال : ثم من ؟ قال
: " أمك " . قال : ثم من ؟ قال " أمك " . قال : ثم من ؟ قال : " أبوك " ومما قيل في فضلها " وأخضع لأمك وأرضها
فعلوقها إحدى الكبر " فما أعظمك أيها الأم وما أعظم حقك !! كيف لا وهي رمز العطاء ، ومصدر الحنان والرعاية . الأم تلك
المرأة الطيبة التي لا تبخل بعطائها على أبنائها ، تراها كالأسد الهائج حين يتعرض أبنائها للخطر ، وكالغيث في الحب الذي
يجرف الأبناء بسيله فلا يجد الأبناء منه مهربا ، الأم هي الشمس المشرقة في حياتنا اللوحة الرائعة في أعيننا الكلمة العنبة
التي تنطقها الشفاه الصوت الدافئ في الأذان اللمة الناعمة التي تداعينا في الحزن والفرح فتشعر بالاطمئنان ونحن مستدين
إلى صدرها جالسين في حجرها ، فحقها علينا عظيم وبرها وطاعتها علينا واجب .

تعبير كتابي عن الوطن

الوطن كلمة ليست كباقي الكلمات فهو الروح التي يحملها الإنسان في داخله، وهو الهواء الذي نتنفسه، والحب الذي يكبر يوماً بعد يوم المدفون فينا منذ ولادتنا، ولا يمكن أن نتزعه من أرواحنا أبداً، فمهما ابتعدنا عنه يظل الحنين يأخذنا إليه.

إنّ الوطن نعمة عظيمة وهبها الله تعالى لنا ودعانا للحفاظ عليها من كل شيء يدنسها وحثنا على الدفاع عنها، ومن هنا فيجب علينا أن نجتهد في طلب العلم واكتساب الخبرات المختلفة، لخدمته في جميع مجالات الحياة، حتى نمتلك مستقبلاً ذو أبناء قادرين على مواجهة الصعاب. ومن واجب أفراد المجتمع التعاون فيما بينهم في أي مكان وزمان حتى تتحد الكلمة ويشكلوا في النهاية بنياناً مرصوماً، يستطيعون من خلاله استرجاع عزّتهم ودفع أي خطر يهدد وطنهم، وهذا كله في النهاية لا يتحقق إلا بالالتزام بالأخلاق الإسلامية؛ من عدل، وصدق، وأمانة ووفاء .

الإجتهاد

الإجتهاد من السلوكيات المحببة إلى النفس فكلما كان الشخص مجتهدا كلما التف حوله الناس و أحبوه ، فالعمل بصدق و طيب نية يجعلك كالزهرة الفواحة التي تأسر النحل و الفراش بعطرها فلا تراه إلا وقد حط رحله فوقها من غير شعور أو إدراك منه .

الإجتهاد عامل هام يؤدي إلى النجاح الدائم ولا بد لكل شخص إذا قام بعمل ما ألا يغفل إتقانه ، و على كل واحد منا أن يتحلى بروح الإجتهاد و العزم و المثابرة ، الحماس التفاني و الرغبة في العمل كي يستطيع الإبداع و إثبات وجوده في هذا العالم وإلا كان كسولا متخاذلا متقاعسا مذموما . فكل من زرع حصد فمن زرع الإجتهاد حصد النجاح أما من زرع الكسل قلن يحصد غيره



تعبير كتابي عن العلم

Groupe
مدرستنا

العلم نور الحياة، وسبيل الخير والرفعة والمجد للفرد والأمة، به يعرف الإنسان دينه ودنياه، ويعرف طريقه وغايته، ولقد حثنا الإسلام على العلم والإستزادة منه فقال تعالى (وقل رب زدني علماً).

فالعلم واجب على كل فرد وله مجالات متعددة كالفقه في الدين والرياضيات والأدب والتكنولوجيا وغيرها فهي ضرورية في التعامل مع الحياة وأسرارها، وهي سبب في تقدم الطب والهندسة والصحافة والمواصلات وغير ذلك،

وبها يكون ازدهار الوطن وتقدمه والسير في موكب الحضارة. وعلى كل فرد أن يتخصص فيما يناسبه ويحبه، حتى يساهم في نهضة الوطن والأمة .

قال الشاعر:

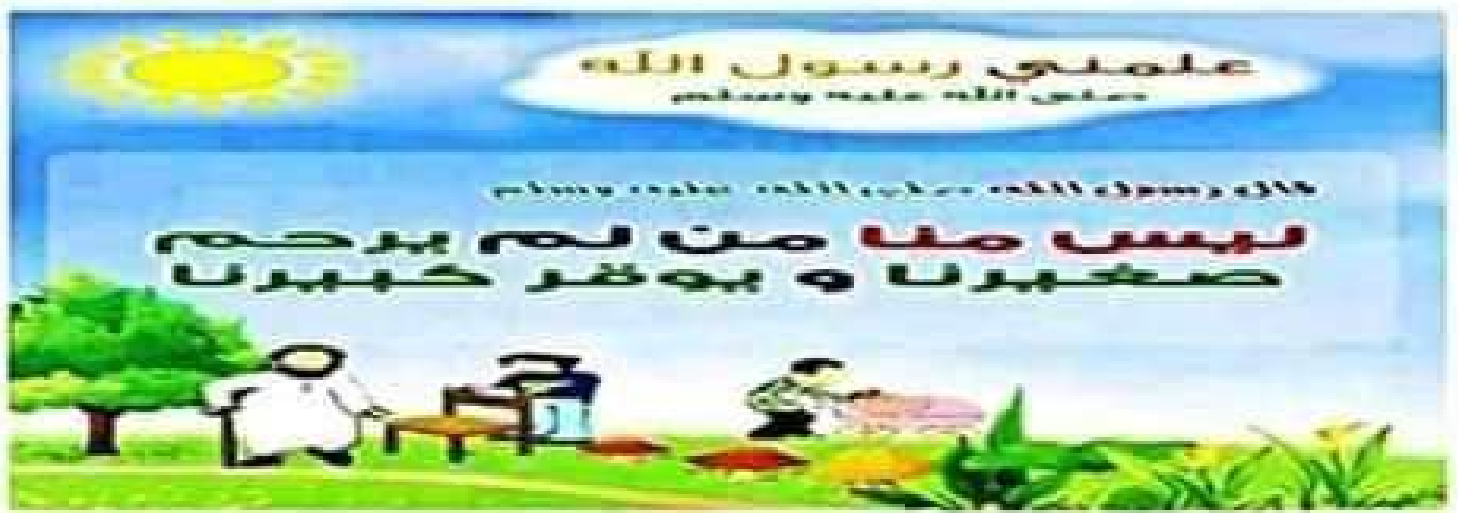
العلم يرفع بيتاً لا عماد له

والجهل يهدم بيت العز والشرف



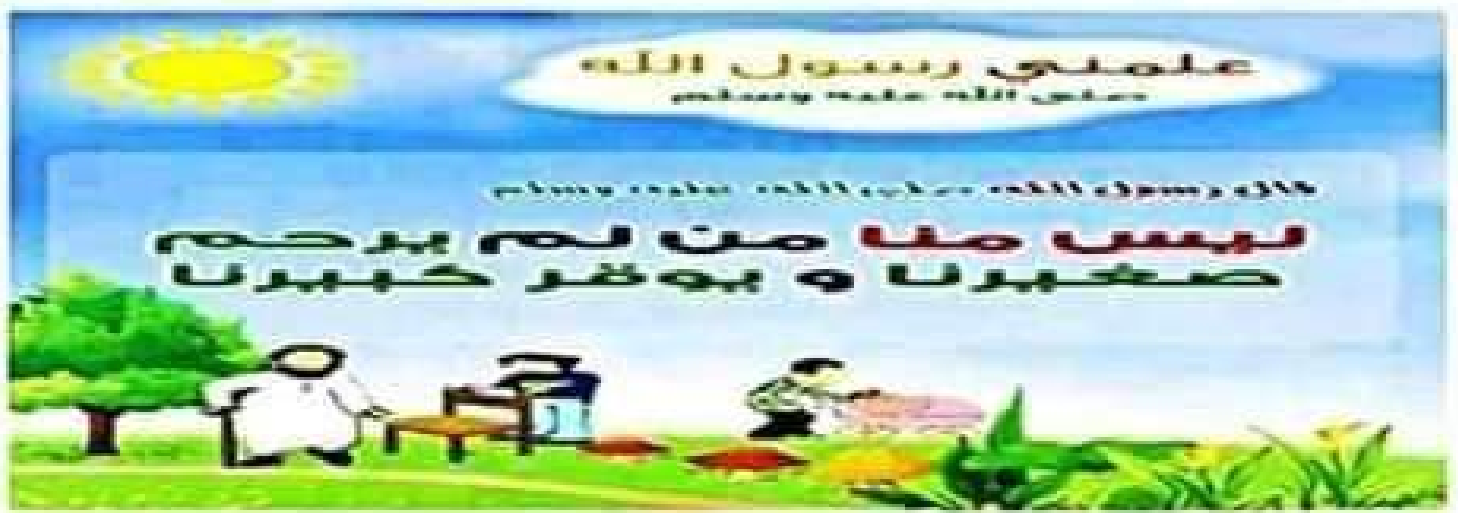
الطفولة

الطفولة هي البصمة الأولى لكل إنسان في تاريخ حياته و أجمل مرحلة من عمره ، يستمتع فيها بصدق نابع من الأعماق يعبر فيها عن صفاء و نقاء سريرته ، مرحلة مفعمة بالحب و العطف و الحنان ، هي المتعة والابتسامة البريئة هي كل ما هو جميل في هذه الحياة ، الطفولة سعادة قد لا يعيشها الإنسان إلا مرة واحدة في حياته ، هذا العالم الجميل المليء بالضحكات الرائعة التي تأسر المشاعر و الأحاسيس ، مرحلة تعد الأهم لذا ينبغي علينا إعطاء هذا الصغير حقه في الحياة بتنشئته تنشئة صحيحة و مراقبة تصرفاته حركاته ومراحل نموه فصغير اليوم هو رجل الغد الذي يبني و يشيد و يعد .



الطفولة

الطفولة هي البصمة الأولى لكل إنسان في تاريخ حياته و أجمل مرحلة من عمره ، يستمتع فيها بصدق نابع من الأعماق يعبر فيها عن صفاء و نقاء سريرته ، مرحلة مفعمة بالحب و العطف و الحنان ، هي المتعة والابتسامة البريئة هي كل ما هو جميل في هذه الحياة ، الطفولة سعادة قد لا يعيشها الإنسان إلا مرة واحدة في حياته ، هذا العالم الجميل المليء بالضحكات الرائعة التي تأسر المشاعر و الأحاسيس ، مرحلة تعد الأهم لذا ينبغي علينا إعطاء هذا الصغير حقه في الحياة بتنشئته تنشئة صحيحة و مراقبة تصرفاته حركاته ومراحل نموه فصغير اليوم هو رجل الغد الذي يبني و يشيد و يعد .



تعبير كتابي عن الأسرة



الأسرة هي اللبنة الأساسية في بناء المجتمعات، والأساس الذي تقوم عليه تربية الأبناء والبنات، فهي رمز الاستقرار والأمان. تُعتبر الأسرة مدرسة للتربية والأخلاق، وصالحها عني صلاح الأجيال وتقدمها وازدهارها، وفسادها يعني فساد المجتمع بأكمله. إن وجود الأسرة نعمة كبيرة لا تقدر بثمن، خصوصاً أن هناك الكثير من الأشخاص يعيشون بمفردهم، فيشعرون بالكثير من النقص، وكأنهم يفتقدون إلى سقف يحميهم، وإلى حائط يسندهم، كما يفتقدون إلى الحب والحنان؛ ففي كثير من المواقف يحتاج الشخص إلى من يشاركه أفراحه وأحزانه ونجاحه وفشله، ويحتاج إلى من يشعر به في المرض والحزن، ومن كان بلا أسرة من الصعب أن يعبر عن كل ما يعتريه بحرّة، لأن إحساس الغربة سيظل متعمقاً في نفسه وقلبه، فالأسرة من النعم التي لا يمكن تعويضها أو الاستغناء عنها.

تعبير كتابي عن الرياضة

تعتبر ممارسة الرياضة واحدة من أهم القواعد في الحفاظ على صحة الجسم وسلامته، وتوجد أنواع مختلفة من الرياضة التي يمكن للإنسان ممارستها، ككرة القدم، وكرة السلة، والسباحة، والسباق، ومن الرياضات التي يمكن ممارستها بشكل فردي، وداخل محيط المنزل كتمارين تخسيس الوزن وحرق الدهون، ورياضة المشي وغيرها من الأنواع الأخرى، كما لها أهمية كبيرة وفوائد صحية، بحيث تساعد الرياضة على الوقاية من العديد من الأمراض، مثل: أمراض القلب، والسكري، ومرض السمنة، من خلال ممارسة الرياضة التي تساعد في حرق دهون الجسم، وتقليل من نسبة الكوليسترول الضار في الدم.

إن ممارسة الرياضة سلاح الإنسان للحصول على جسم سليم، فهي تعتبر كنزاً لمن أتقن إحدى أنواعها، وهناك مقولة مفادها أن (العقل السليم في الجسم السليم).

نماذج في التعبير الكتابي

الهاتف المحمول



دخل الهاتف المحمول إلى مجتمعنا بشكل مكثف؛ فلقد أصبح عادة لا غنى عنها، وشيئاً أساسياً في حياتنا، لا نستطيع الاستغناء عنه. فتراه في أيدي الناس من كل جنس أو سن. من بين إيجابياته أنه يذكرنا بالمواعيد ومتابعة أحداث ما توصل إليه العلم الحديث فيه الحاسبة والبلوتوث والرسائل القصيرة لتبادل المعلومات مع الأصدقاء والزملاء والأهل والأصحاب.

إلا أن للهاتف المحمول سلبيات كثيرة فهو سبب رئيسي في حدوث المشاكل الاجتماعية فتجد في المجتمع انتشاراً للكذب بين عامة الناس والعادات السيئة والمباهاة وكذا إهدار الوقت فيما لا يفيد.

وجود الهاتف المحمول أصبح أمراً ضرورياً لمن يُحسن استخدامه، وعادة سيئة لمن يسيء استخدامه، فهو سلاح ذو حدين.

الوطن

إن حب الوطن من الأمور الفطرية التي جُبل الإنسان عليها ،
فليس غريباً أبداً أن يُحب الإنسان وطنه الذي نشأ على أرضه ، وشبَّ على
ثراه ، وترعرع بين جنباته . كما أنه ليس غريباً أن يشعر الإنسان بالحنين
الصالح لوطنه عندما يغادره إلى مكان آخر ، فما ذلك إلا دليلٌ على قوة
الارتباط وصدق الانتماء .

فالوطن لفظةٌ تحبها القلوب ، وتهواها الأفئدة ، وتتحرك لذكرها المشاعر .
فجميعنا يدرك قيمة الوطن لذلك يجب أن نقدر خيراته بالمحافظة على
مرافقه ومنشئاته التي تعد ملكاً للجميع و أن نسهم في كل ما من شأنه
خدمة الوطن ورفعته سواءً كان ذلك الإسهام قولياً أو عملياً أو فكرياً ،
وفي أي مجال أو ميدان ؛ لأن ذلك واجب الجميع ؛ وهو أمرٌ يعود عليهم
بالنفع والفائدة على المستوى الفردي والاجتماعي .

مع التصدي لكل أمر يترتب عليه الإخلال بأمن وسلامة الوطن ، والعمل
على رد ذلك بمختلف الوسائل والإمكانات الممكنة والمتاحة ، والدفاع عن
الوطن واجب عند الحاجة

