

FOR RECORDING

P370/2/LC/EX
ARABIC
(Listening)
2026
40minutes



UGANDA NATIONAL EXAMINATIONS BOARD
Uganda Advanced Certificate Of Education

اللُّغَةُ الْعَرَبِيَّةُ

الْوَرَقَةُ الثَّانِيَّةُ
(الاسْتِمَاعُ)

أَرْبَعُونَ دَقِيقَةً

التَّعْلِيمَاتُ لِلطَّلَبَةِ:

لَدَيْكَ خَمْسُ دَقَائِقَ لِكِتَابَةِ الْإِثْبَاتِ:

- اسْمُكَ
- رَقْمُكَ الْخَاصَّ
- الرِّقْمَ الْعَشَوَائِيَّ،
- وَقِرَاءَةَ التَّعْلِيمَاتِ وَالْأَسْئَلَةِ.
- ابْدَأْ الْآنَ.

اسْتَمِعْ جَيِّدًا إِلَى هَذِهِ الْقِطْعَةِ ثُمَّ أَجِبْ عَنِ الْأَسْئَلَةِ بَعْدَهَا.

صِحَّةُ الْبَدَنِ وَالْبَيْئَةِ

يَنْبَغِي أَنْ يَهْتَمَّ النَّاسُ بِنِظَافَةِ الْفَمِ وَالْأَسْنَانِ، فَيَقُومُوا بِالْمَضْمَضَةِ وَالسَّوَالِكِ، وَتَنْظِيفِ الْأَسْنَانِ، لِإِزَالَةِ بَقَايَا الطَّعَامِ، كَمَا يَنْبَغِي أَنْ يَهْتَمُّوا بِنِظَافَةِ الْأَنْفِ، وَالْعَيْنِ، وَالشَّعْرِ، وَالْمَلَابِسِ، وَيَنْبَغِي أَيْضًا أَنْ يَقُومُوا بِتَنْظِيفِ الطَّعَامِ وَالشَّرَابِ، فَيَتَطَلَّبُ ذَلِكَ نِظَافَةُ إِنَاءِ الطَّعَامِ وَغَسْلُهُ عِدَّةَ مَرَّاتٍ، فَلَا يَتْرَكُو الطَّعَامَ وَالشَّرَابَ مَكْشُوفَيْنِ حَتَّى لَا يَصِلَ إِلَيْهِمَا الْغُبَارُ وَالْحَشَرَاتُ.

وَمِنْ أَهَمِّ أَنْوَاعِ النَّظَافَةِ نِظَافَةُ مَصَادِرِ الْمِيَاهِ، كَمِيَاهِ الْأَنْهَارِ وَالْآبَارِ فَلَا يُلَوِّثُونَهَا بِإِلْقَاءِ الْقَذَارَةِ أَوْ النَّجَاسَةِ فِيهَا، أَوْ التَّبَرُّزِ، أَوْ التَّبَوُّلِ فِي الْمَاءِ فَالْمَاءُ الْمُلَوَّثُ يَنْقُلُ الْكُولِيرَا وَالتَّيْفُوَيْدَ وَشَلْلَ الْأَطْفَالِ، وَتَنْقُلُ دِيدَانُ الْبِلْهَارَسِيَا عِنْدَ التَّبَوُّلِ فِيهِ، كَمَا تَنْقُلُ دِيدَانُ الْأَنْكَلُوسْتُومَا عَنْ طَرِيقِ التَّبَرُّزِ فِي الطِّينِ قُرْبَ الشَّاطِئِ وَالْأَيْدِي مِنْ أَهَمِّ الْعَوَامِلِ فِي نَقْلِ الْجَرَائِيمِ، وَذَلِكَ عِنْدَ لَمَسِ طَعَامٍ مُلَوَّثٍ، أَوْ شَيْءٍ فِيهِ قَذَارَةٌ، أَوْ بَعْدَ الذَّهَابِ إِلَى الْحَمَّامِ فَيَجِبُ غَسْلُ الْيَدَيْنِ قَبْلَ الطَّعَامِ وَبَعْدَهُ، وَقَبْلَ النَّوْمِ وَبَعْدَهُ، وَقَبْلَ الدُّخُولِ عَلَى الْمَرِيضِ، عِنْدَ الْخُرُوجِ مِنْ زِيَارَتِهِ.

انْتَهَى