



دَوْلَةُ لِيْبِيَا

وَزَارَةُ التَّعْلِيمِ

مَرْكَزُ الْمَنَاهِجِ التَّعْلِيمِيَّةِ وَالْبَحْثِ التَّرْبَوِيَّةِ

اللُّغَةُ الْعَرَبِيَّةُ

لِلصَّفِّ الثَّالِثِ مِنْ مَرَحَلَةِ التَّعْلِيمِ الْأَسَاسِيِّ

الدَّرْسُ السَّابِعُ

المدرسة الليبية في فرنسا - تور

العام الدراسي

1441 / 1442 هـ . 2020 / 2021 م

الرِّيَاضَةُ مُمَارَسَةٌ



هَلْ أَنْتَ مِمَّنْ يُحِبُّونَ الرِّيَاضَةَ وَيُمَارِسُونَهَا؟

إِذَا أَدَيْتَ مِنَ التَّمَارِينِ مَا يُنَاسِبُ سِنِّكَ وَجِسْمَكَ، وَحَقَّقْتَ لِبَدَنِكَ وَنَفْسِكَ وَعَقْلِكَ فَوَائِدَ الرِّيَاضَةِ، وَجَنَيْتَ مِنْهَا ثَمَرَاتٍ تُفِيدُكَ مَدَى الْحَيَاةِ، فَيَصِحُّ أَنْ يَقُولَ النَّاسُ عَنْكَ: (إِنَّكَ رِيَاضِيٌّ).

وَاعْلَمَ أَنَّهُ مِنْ حَقِّكَ أَنْ تَسْتَمْتِعَ بِمُشَاهَدَةِ الْمُبَارِيَّاتِ بِأَنْوَاعِهَا
الْمُخْتَلِفَةِ، وَلَكِنْ أَيْنَ حَظُّكَ أَنْتَ مِنْ فَوَائِدِ الرِّيَاضَةِ؟
تَسْتَطِيعُ أَنْ تَعْرِفَ بِنَفْسِكَ صِحَّةَ مَا تَقْرُؤُهُ الْآنَ، إِذَا تَخَيَّلْتَ
شَخْصًا يَتَفَرَّجُ عَلَى مُبَارَاةٍ فِي كُرَةِ الْقَدَمِ، وَآخَرَ يُزَاوِلُ
الرِّيَاضَةَ، ثُمَّ حَدَّثَ نَفْسَكَ سَائِلًا: مَنْ مِنْهُمَا الرِّيَاضِيُّ: اللَّاعِبُ
أَمْ الْمُشَاهِدُ؟ وَمَنْ يَسْتَفِيدُ مِنَ الْحَرَكَةِ وَالْأَدَاءِ: اللَّاعِبُ أَمْ
الْمُشَاهِدُ؟

